

**PELATIHAN *SELF CONTROL* DENGAN MEDIA PERMAINAN  
TRADISIONAL *ENGKLEK* UNTUK MENGURANGI PERILAKU  
MENGGANGGU PADA ANAK**

**TESIS**

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan  
Memperoleh Derajat Gelar S-2  
Program Studi Magister Psikologi Profesi



**Disusun Oleh :**  
**Noor Latifah Andina**  
201610500211012

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2019**

**PELATIHAN *SELF CONTROL* DENGAN MEDIA  
PERMAINAN TRADISIONAL *ENGKLEK* UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU MENGGANGU PADA  
ANAK**

Diajukan oleh :

**NOOR LATIFAH ANDINA**  
**201610500211012**

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, **Kamis/ 26 Oktober 2017**

Pembimbing Utama

  
**Dr. Iswinarti, M.si**

Pembimbing Pendamping

  
**Salis Yuniardi, Ph.D**

Direktur  
Program Pascasarjana



**Akhmad Fauzan, Ph.D**

Ketua Program Studi  
Magister Psikologi Profesi

  
**Dr. Iswinarti, M.Si**

# TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**NOOR LATIFAH ANDINA**

201610500211012

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada hari/tanggal, Rabu/ **16 Januari 2019**  
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan  
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana  
Universitas Muhammadiyah Malang

## SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua	:	Dr. Iswinarti, M.si
Sekretaris	:	Salis Yuniardi, Ph.D
Penguji I	:	Dr. Diah Karmiyati, M.si
Penguji II	:	Dr. Siti Suminarti, M.si

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **NOOR LATIFAH ANDINA**

NIM : **201610500211012**

Program Studi : **Magister Psikologi Profesi**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **PELATIHAN SELF CONTROL DENGAN MEDIA PERMAINAN TRADISIONAL ENGKLEK UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGU PADA ANAK** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 16 Januari 2019

Yang menyatakan,



  
**NOOR LATIFAH ANDINA**

## KATA PENGANTAR

Alhmdulillahirabbil 'alamin, segala puji bagi allah swt yang telah memberikan nikmat dan hidayah- nya sehingga dapat menyusun dan menyelesaikan sebuah karya ilmiah dengan judul “ Pelatihan *self control* dengan media permainan tradisional *engklek* untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar”, sebagai suatu syarat memperoleh gelar magister psikologi profesi di universitas muhammadiyah malang. Dengan berakhirnya penulisan tesis ini, merupakan sebuah langkah awal untuk menapak pada tahap selanjutnya. Dalam penulisan karya ilmiah ini, dengan senang hati penulis siap menerima kritik dan saran demi kesempurnaan penulisan. Selama proses hingga terealisasinya keseluruhan kegiatan tesis ini, sangat disadari banyak melibatkan bantuan dari berbagai pihak, baik berupa masukan pengetahuan, motivasi ataupun diskusi dan sebagainya. Oleh karna itu pada kesempatan kali ini, penulis mengucapkan terimakasih sedalam dalamnya kepada :

1. Drs. Fauzan, m.pd. Selaku rektor universitas muhammadiyah malang.
2. Akhsanul in'am, ph.d selaku direktur pascasarjana universitas muhammadiyah malang
3. Dr. Iswinarti, m.si, psikolog, sebagai ketua program studi magister psikologi, serta selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan mulai dari pembuatan proposal tesis hingga keseluruhan proses pengajaran tesis.
4. Dr. Salis Yuniardi, m.psi, psikolog, selaku dosen pembimbing II telah membantu atas terealisasinya penyusunan proposal tesis hingga menjadi tesis.
5. Seluruh staf pengajar dan dosen pembina mata kuliah direktorat program pasca sarjana magister profesi psikologi universitas muhammadiyah malang.
6. Seluruh staf administrasi direktorat program pasca sarjana magister profesi psikologi universitas muhammadiyah malang.
7. Kepala sekolah dan seluruh partisipan yang memberikan kontribusinya selama proses pembuatan tesis.
8. Kedua orang tua yang selalu mensupport, dan tak hentinya untuk memberikan doa dan kontribusi penuh secara moril dan materil. Serta adik tercinta yang tidak pernah putuh memberikan dorongan dan semangat.
9. Terimakasih kepada semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan, bantuan dalam penyusunan tesis ini.

Akhir kata penulis berharap semoga segala bantuan dan keaikan yang telah allah berikan mendapatkan pahala dari allah swt. Penulis sangat menyadari bahwa karya tulis ini masih banyak kekurangan, untuk itu kritik dan saran sangatlah penulis harapkan demi kesempurnaan penulisan tesis ini. Semoga tesis ini bermanfaat bagi kita semua yang membacanya. Amiin.

malang,  
penulis,

Noor Latifah Andina

## DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan .....	i
Surat Pernyataan .....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	iv
Abstrak .....	1
Abstract .....	1
<b>Latar Belakang .....</b>	<b>2</b>
<b>Tinjauan Pustaka .....</b>	<b>5</b>
Perilaku Mengganggu .....	5
Self Control .....	6
Media Permainan Tradisional Engklek .....	13
<b>Hipotesis Penelitian .....</b>	<b>14</b>
<b>Metode Penelitian.....</b>	<b>14</b>
Desain Penelitian .....	14
Subjek Penelitian .....	15
Instrumen .....	15
Prosedur Penelitian .....	16
Analisis Data.....	17
<b>Hasil Penelitian .....</b>	<b>17</b>
Deskripsi Data .....	18
<i>Manipulation Check</i> .....	18
Uji Hipotesis .....	19
<b>Pembahasan .....</b>	<b>20</b>
<b>Kesimpulan dan Implikasi .....</b>	<b>23</b>
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>24</b>
<b>Lampiran.....</b>	<b>27</b>



# PELATIHAN *SELF CONTROL* DENGAN MEDIA PERMAINAN TRADISIONAL *ENGKLEK* UNTUK MENGURANGI PERILAKU MENGGANGGU PADA ANAK

Noor Latifah Andina

Magister Psikologi Profesi

Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang

[nlatifahandina@gmail.com](mailto:nlatifahandina@gmail.com)

## ABSTRAK

Perilaku mengganggu pada anak merupakan suatu perilaku negative yang ditampilkan secara *verbal* maupun *non-verbal*, salah satu contohnya berupa perilaku menentang dan merusak, tidak patuh, dan melawan. Beberapa penelitian terdahulu menyatakan bahwa ada beberapa macam alternatif untuk menangani perilaku mengganggu. Pada penelitian kali ini, ingin membuktikan bahwa dengan *self control training* menggunakan media permainan tradisional *engklek*, mampu untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan desain penelitian *pretest-posttest subject design*, dengan menggunakan siswa yang memiliki kriteria *disruptive behavior* yang telah melalui screening awal dengan ceklist observasi guru pada symptom *disruptive behavior*. Sebanyak 34 partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini, dan dibagi menjadi 2 kelompok kontrol dan eksperimen, yang dilakukan secara random. Analisis data menggunakan analisis *non parametrik* dengan *Wilcoxon* dan *Mann whitney*. Hasil menyatakan bahwa *self control* mampu mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Dengan demikian peningkatan *self control* dengan media permainan *engklek* mampu memberikan dampak positive untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar.

Kata Kunci: *Self Control*, Perilaku Mengganggu, Anak sekolah dasar

## Abstrack

Disruptive behavior in children is a negative behavior that is displayed verbally and non-verbally, in one of example is disturb and distrust, disobedience, and resistance. In some previous studies, the are several thype of alternatives for dealing with disturbing behavior. In this research, want to prove *self control training* using *engklek* traditional game, able to reduce disruptive behavior in children. This study uses a quasi-experimenal method with *pretest-posttest subject design*, using student who have cretiria for disructive behavior by screening teacher observation. A total of 34 subject are participated in this study, and divided into 2 group, Control and experimental group. Data analysis using *non-parametric* analysis with *Wilcoxon* and *Mann Whitney*. The result that *self control* can reducedisruptive behavior in children using *engklek* traditional game is able to positive impact to reduce disturbing behavior in elementary school children.

Keys Note: *Self control*, Disruptive Behavior, Elementary School children

## LATAR BELAKANG

*Perilaku Distruptive* merupakan suatu tindakan menentang yang ditimbulkan oleh anak sebagai contoh merusak atau tidak mentaati aturan, dimana fenomena tersebut banyak terjadi dikalangan anak – anak. Tercatat sebesar 5,5% pada anak usia 4-16 tahun di Kanada, serta 6,7% anak pada usia 10 tahun di Queensland, serta 6,9% pada anak usia 7 tahun (Grainger, 2003). Fenomena lain yang berkaitan dengan perilaku *distruptive* menemukan sekitar 35,8% anak berperilaku mengganggu dalam kelas (Campbell, Rodriques, Anderson & Barnes, 2013). Selain itu perilaku *distruptive* juga terjadi pada lingkungan sekolah, seperti terlambat ke sekolah, dan perilaku mengganggu dalam kelas (Murphy, 2006). Dari beberapa penelitian salah satunya yang dilakukan oleh Maddeh, Bennour & Souissi (2015) tentang *Study of Student' Disruptive Behavior in High School Education in Physical Education Classes*, ditemukan bahwa dari 650 siswa SMA tahun pertama yang terdiri dari 360 anak laki-laki (55,3%) dan 290 anak perempuan (44,7%) kurang lebih berkisar 56,3% remaja melakukan perilaku mengganggu di kelas.

Fenomena perilaku mengganggu yang terjadi pada anak dibawah usia sangat meningkat secara signifikan, baik dilingkungan sekolah maupun keluarga. Anak Indonesia diprediksi banyak terlibat kejahatan hukum meskipun belum ada angka yang pasti. Di tahun 2000, terdapat 420 kasus anak yang berkonflik, dari catatan Balai Pemasyarakatan (BAPAS). Dimana kejahatan yang mereka lakukan bermacam-macam, mulai dari mencuri, pemerasan, pengeroyokan pengguna obat-obatan, pemerkosaan serta pembunuhan (Lembaga Advokasi Anak, 2002). Selain itu, menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2002 tercatat hanya berjumlah 193.115 kasus. Fenomena lain, dari hasil penelitian Campbell Rodriques, Anderson & Barnes (2013), mengemukakan bahwa 35,8% dari siswa berperilaku mengganggu ketika dalam kelas.

Perilaku mengganggu bisa saja terjadi pada siapapun dan dimanapun, baik anak normal, serta anak yang mempunyai gangguan seperti autisme, bahkan orang dewasa yang sudah mempunyai salah satu profesi pekerjaan mampu berperilaku mengganggu. Neitzel (2010), pada anak remaja dengan gangguan autisme (ASD) memang sudah beresiko untuk mengembangkan setidaknya satu perilaku menentang yang



menggangu pada proses pembelajaran ataupun perkembangan mereka, Istilah dari perilaku menggangu merujuk pada perilaku yang diulang dan menggangu lingkungannya bahkan dirinya sendiri. Schroeder & Gordon (2002), mendefinisikan perilaku menggangu merupakan serangkaian perilaku inappropriate yang beragam, meliputi merengek, menangis berlebihan, menentang, temper tantrum, menuntut perhatian, tidak patuh, mencuri, berbohong, serta membahayakan diri sendiri dan orang lain.

Beberapa terapi yang telah diterapkan kepada anak dengan perilaku menggangu, salah satunya yang terdapat dalam penelitian yang berjudul *Teaching Self-control to disruptive children*, dengan metode pengajaran kontrol diri kepada anak laki laki dengan usia 8 hingga 10 tahun dengan menggunakan token yang dikelola oleh guru dalam kelasnya (Drabman, Spitalnik, & O'Leary, 1973). Selain itu, Gottfredson (1990) mengembangkan salah satu teori yang dikenal dengan sebutan "Low self control Theory" yang menjelaskan bahwa perilaku criminal mampu dilihat melalui single-dimension yakni dengan *self-control* individu tersebut. Beberapa jurnal yang berkaitan menyatakan ketika keinginan berperilaku menyimpang maupun agresi, kontrol diri mampu membantu individu menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek aturan dan norma sosial yang berlaku (Denson, 2012).

Ketika seseorang memiliki Perkembangan *self Control* yang rendah pada masa awal pertumbuhannya, dapat mengakibatkan beberapa kecenderungan perilaku yang apatis dan perilaku yang cenderung suka mengambil resiko (Dislich, Zinkernagel, & Ortner, 2010). *Self control* atau pengendalian diri merupakan bentuk kondisi mental yang mempengaruhi pembentukan perilaku setiap individu (Gielbe, 2011). Salah satu penelitian menunjukan bahwasannya individu yang memiliki self control yang baik dapat diprediksi menghindari penyalahgunaan zat atau obat dan penyimpangan perilaku seksual (Wills, Gibbons, Gerrard, Murray, & Brody, 2003). *Self control* ini sangat penting pada diri setiap individu, dimana individu yang memiliki tingkat *Self control* yang rendah pada masa kanak-kanaknya menunjukan berbagai simtom fisik yang negatif pada masa dewasanya (Kokkonen, Pulkkinen, & Kinnunen, 2001).

Dalam penelitiannya Tarullo, (2009), menuliskan bahwa seorang anak yang memiliki *self control* yang baik, dapat diindikasikan memiliki sifat mampu menahan

dirinya untuk memukul teman sebayanya ketika menghadapi sebuah konflik antar teman, lebih tertarik memperhatikan penjelasan guru dalam kelas dari pada berbicara sendiri, serta anak mampu menunggu gilirannya ketika bermain dalam sebuah permainan. *Self-control* dapat memprediksi seorang anak unggulan dalam prestasi akademik, siap untuk menghadapi sesuatu, dan memiliki kompetensi sosial yang baik. Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa self control penting untuk kita tingkatkan dari dalam diri anak.

Perkembangan *self control* bermula ketika individu tersebut sudah bisa membedakan ingatan jangka panjang dan ingatan jangka pendek (Gielbe, 2011). Selain itu perkembangan self control juga mampu dipengaruhi oleh perkembangan internal dan eksternal. Faktor internal berupa watak serta proses kognitif yang terdapat dalam diri setiap individu. Sedangkan faktor eksternal berupa pengaruh lingkungan sekitar, yakni dengan pola asuh orang tua, hubungan antar bersaudara, serta hubungan dengan teman sebaya (Fox & Calkins, 2003).

Pada usia anak sekolah dasar, menjalin hubungan dengan teman sebaya mereka cenderung bergaul pada sebuah permainan secara berkelompok. Dengan permainan, mereka lebih terlatih untuk menjalin hubungan serta belajar bermasyarakat dengan teman sebayanya (Hurlock, 1978). Selain itu pada salah satu penelitian yang menyatakan bahwa ketika anak tidak memiliki kesempatan untuk bermain, hal tersebut mempunyai resiko yang tinggi pada perkembangannya yang tidak wajar dan memiliki kebiasaan yang menyimpang, tidak bermain maka *self control* seseorang tidak akan berkembang dengan baik (Gold, 2012).

Permainan tradisional merupakan suatu permainan yang dihasilkan dari salah satu budaya di Indonesia yang diwariskan kepada anak turun temurun, sebagai bentuk pelestarian budaya, yang diwariskan oleh generasi sebelumnya yang dianggap menyenangkan. Salah satu penelitian yang menyatakan bahwa permainan tradisional dapat memberikan suatu stimulus pada anak pada pengembangan aspek kerjasama, membantu anak menyesuaikan diri serta saling berinteraksi secara positif, serta mampu mengkondisikan anak pada aspek kontrol diri, mengembangkan sikap empati, mentaati aturan dan menghargai orang sekitar (Kurniati, 2011). Selain itu permainan tradisional mampu berkontribusi dalam perkembangan intelektual, sosial, emosi, dan

kepribadian anak (Iswinarti, 2008). Bermain juga berkontribusi pada aspek *problem solving*, kreatifitas, imajinasi yang mampu direalisasikan kedalam kehidupan nyata (Smith. S, 1999). Dengan adanya keberfungsian *problem solving* dalam diri suatu individu, akan berdampak pada pengendalian dirinya yang baik.

Permainan engklek merupakan suatu permainan nusantara yang dikenal dari jaman kejaman. Dalam permainan *engklek* anak dilatih dalam pengendalian dirinya ketika ia mampu mengangkat kaki sambil melompat serta menggeser *gacu* untuk tidak mengenai garis, yang mengharuskan anak untuk lebih tenang, hal inilah yang menggambarkan aspek *self control* yang terdapat dalam permainan engklek (Iswinarti, 2010). Dalam penelitiannya Iswinarti (2007), menyatakan bahwa dalam permainan engklek memiliki nilai - nilai terapeutik yang digambarkan atau yang dingkap dalam aspek kompetensi sosial, aspek pengendalian diri, *problem solving*, meningkatkan perkembangan kepribadian diantaranya menumbuhkan empati, supportifitas, harga diri dan rasa percaya dalam diri setiap individu. dengan hal tersebut permainan tradisional engklek mampu menjadi suatu acuan serta memiliki dampak positif dalam pembentukan *self-control* pada diri anak.

Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian, dapat dinyatakan bahwa permainan tradisional engklek memiliki pengaruh terhadap perkembangan *self-control* pada diri setiap individu. Dengan hal tersebut, peneliti menggunakan permainan tradisional engklek sebagai sebuah media permainan pada *self control training* yang bertujuan untuk meningkatkan self-control pada anak dengan permasalahan perilaku mengganggu. Dari apa yang telah dipaparkan sebelumnya maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan apakah pelatihan *self-control* dengan media permainan engklek mampu meningkatkan *self-control* pada anak dengan rentangan usia 9 – 11 tahun. Serta apakah peningkatkan *self-control* mampu untuk mereduksi atau mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Dengan hal ini, peneliti tertarik untuk meneliti peningkatan *self-control* untuk mengurangi perilaku disruptif pada anak sekolah dasar.

### **Perilaku Mengganggu (*Disruptive Behavior*)**

Perilaku mengganggu merupakan suatu kumpulan perilaku *inappropriate* yang beragam meliputi temper tantrum, merengek atau menangis yang berlebihan, menuntut

perhatian, tidak patuh, menentang, tindakan agresif yang membahayakan diri sendiri atau orang lain, pencurian, berbohong, pengrusakan barang, dan perilaku delikueni (Schroeder & Gordon, 2002). Beberapa faktor penyebab disruptive behavior, salah satunya disebabkan oleh lingkungan sekolah dan hubungan sosial selama disekolah (Veiga, 2008). Anak mudah menyaksikan serta mencontoh perilaku kekerasan serta perilaku mengganggu lainnya melalui media dan masyarakat disekitarnya (Marais & Meier, 2010). Selain itu, faktor keluarga yakni dengan disfungsi orang tua dalam pola asuh. Dalam penelitiannya Marais dan Meier (2010), mengemukakan anak dengan *disruptive behavior* tidak hanya disebabkan oleh lingkungan sekolah, melainkan yang lebih berperan adalah berupa pola asuh orang tua yang kurang dalam mengedukasi permasalahan moral, nilai kesopanan, etika serta konsep berfikir terkait perilaku mengganggu.

Dalam perspektif islam perilaku menganggu digambarkan sebagai *akhlak mazmumah* atau yang disebut dengan perilaku buruk, beberapa ayat al-quran dalam islam sangat menjunjung tinggi akan kemuliaan akhlak baik atau yang disebut dengan *Akhlak Mahmudah*, Dalam QS. Al- Maidah ayat 8, yang artinya:

*“Hai orang – orang yang beriman hendaklah kamu jadi orang – orang yang selalu menegakkan (kebenaran) karna allah, menjadi saksi dengan adil. Dan janganlah sekali – kali kebencianmu terhadap suatu kaum, mendorong kamu untuk berlaku adil. Berlaku adillah, karna adil itu lebih dekat kepada takwa. Dan bertaqwalah kepad allah, sesungguhnya Allah maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”*

Dalam surat ini, Allah menyeru kepada umat islam untuk selalu menegakkan kebenaran di muka bumi ini, selain itu harus bersaksi dengan kesaksian yang adil. Serta adil kepada seluruh umat manusia tanpa memandang latar belakang sosial, agama, Pendidikan, dan sebagainya, karna perbuatan adil akan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

### ***Self Control***

*Self control* atau pengendalian diri merupakan suatu kemampuan suatu individu untuk mengendalikan perilaku mereka untuk mencapai suatu tujuan yang

diinginkan oleh individu tersebut (Mappiare, 2006). *Self control* ini sangat berpengaruh pada perjalanan hidup seseorang. *Self control* (pengendalian diri) merupakan proses fisik, psikologis, serta perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian yang mendukung untuk membantu pembentukan diri suatu individu (Chalhoun & Accochela, 1990).

Self control berdasarkan perspektif Islam sesuai dengan firman Allah Surah Yusuf ayat 53 dengan artian:

*“Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu merujuk kepada kejahatan”*

Serta dalam hadist Rasulullah SAW bersabda:

*“Adapun bagi orang – orang yang berghibah/ mengunjing orang lain, diwajibkan bertaubat atas kesalahannya, serta melepaskan diri darinya (Bergunjing)serta berkemauan keras untuk tidak mengulanginya lagi”*

(H.R Malik dari Abu Hurairah RA).

Dari kedua dailil ini, islam sangat menjunjung tinggi akan menahan godaan, kendali akan diri sendiri. Dengan hal ini pengendalian diri atau kontrol diribagi setiap individu merupakan suatu hal yang krusial yang perlu dilirik mulai dari anak karana perkembangan atau pembentukan dari awal masa pertumbuhan setiap indiidu.

*Self-control* dapat pula diartikan sebagai suatu aktifitas yang dilakukan individu untuk mengendalikan tingkah laku mereka. Ghufon (2011) menyatakan bahwa pengendalian diri sangat berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosinya serta dorongan- dorongan yang terdapat pada dirinya sendiri. Pengendalian diri juga dijabarkan sebagai kemampuan seseorang dalam melakukan pertimbangan – pertimbangan lebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dengan mendisiplinkan kemauan atau dorongan yang diinginkan dalam diri suatu individu, serta menahan diri dengan sadar untuk mencapai hasil dan tujuan yang diinginkan oleh individu tersebut (Nurkhasanah, 2009).

*Self control* atau pengendalian diri adalah sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dalam mengarahkan pada perilaku yang positif (Goldfried & Merbaum, 1976). *Self control* merupakan salah satu kepribadian yang berkembang dari masa kanak- kanak. Setiap individu memiliki kontrol diri yang

berbeda – beda hal ini sangat dipengaruhi pada masa perkembangan awal seorang individu.

Menurut Gieble (2011), dalam tulisannya menyatakan bahwa *self control* pada pada awal tahun usia diungkapkan pada kemampuan untuk mempercayai orang dewasa, dapat menginternalisasi aturan, dapat menunda kepuasan, dapat mengendalikan golongan marah, dapat menemukan cara untuk lebih sabar dalam menghadapi frustrasi, berempati dengan perasaan orang lain, suportif serta dapat menemukan cara untuk menghibur ketika sedih. Dalam hal ini self control identik dengan peraturan dalam diri, dapat meregulasi emosional, mempengaruhi regulasi, disiplin dalam diri, serta diharapkan untuk menunda dan menerima substitusi tanpa menjadi agresif, serta tidak terlalu terorganisir dengan frustrasi atau kesedihan (Gieble, 2011).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan pengendalian diri atau *self-control* adalah kemampuan suatu individu yang meliputi emosi, kognisi serta fisik untuk mengarahkan tingkah laku sebagai upaya preventif atau pencegahan pada suatu tindakan penundaan pemuasan kebutuhan, untuk suatu upaya pencapaian tujuan yang diharapkan oleh individu tersebut. Kemampuan berbagai individu dalam mengendalikan diri memiliki tiga tingkatan yang berbeda – beda. Individu yang sangat berlebihan dalam mengendalikan diri, mereka yang disebut *over control*. Sedangkan individu yang cenderung untuk bertindak tanpa berpikir matang (*under control*). Sementara individu yang memiliki pengendalian diri yang cukup baik, yakni adalah individu yang mampu mengendalikan dorongan atau keinginan yang mereka inginkan secara tepat (*appropriate control*). *Self control* tidak hanya dalam pengelolaan kondisi emosional saja, melainkan terdapat beberapa aspek yang mendukung proses terjadinya pengendalian diri diantaranya melibatkan unsur emosi, kognitif dan fisik. Terdapat lima aspek pengendalian diri Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), yakni:

1. *Self Discipline*, yaitu, kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal tersebut mengharuskan seorang individu untuk mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu yang memiliki *self discipline* mampu menahan diri dari hal hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.



2. *Deliberate/ nonimpulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati – hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu mengerjakan sesuatu, mereka cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong non-impulsif mampu bersifat lebih tenang dalam menghadapi sebuah keputusan dan bertindak.
3. *Healty habits*, yaitu kemampuan seorang individu untuk mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu tersebut. Seorang dengan *healty habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya.
4. *Work ethic*, yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri. Individu ini cenderung tidak tertarik dengan hal-hal diluar dari apa yang ia kerjakan pada saat itu meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Mereka akan lebih fokus dan memperhatikan penuh kepada pekerjaan yang mereka kerjakan saat itu.
5. *Reliability*, yakni penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan jangka panjang untuk pencapaian tertentu.

Penelitian lain yang menunjukkan bahwa seorang anak yang memiliki *self control* yang baik dapat diindikasikan memiliki sifat, dapat menahan dirinya untuk memukul anak lain ketika ada konflik, dapat memperhatikan penjelasan dari guru dalam kelas, dan dapat menunggu gilirannya ketika bermain bersama teman sebayanya. *Self control* pada anak sekolah dapat memprediksi kesiapan, prestasi akademik, kompetensi sosial, serta perilaku yang sesuai (Turtollo, 2009).

#### **Faktor yang mempengaruhi pengendalian diri (self-control)**

Dalam penelitiannya Nathan dan Susan (2003) dalam tulisannya yang berjudul *The Development of Self- Control of Emotion: intrinsic and Extrinsic Influences*, menyatakan bahwa terdapat 2 faktor mempengaruhi pengendalian diri terdiri dari faktor internal (dari dalam diri individu tersebut) dan faktor eksternal (lingkungan individu yang berkaitan). 1) Faktor internal meliputi pada perlakuan ketika bayi, proses kognisi yang diliputi oleh perhatian dan sifat pencegahan. 2) Faktor eksternal, lebih melibatkan lingkungan keluarga, saudara, dan hubungan dengan teman sebaya serta pengaruh dan hubungan budaya sekitarnya.

Dalam mengendalikan diri, individu sangat dipengaruhi oleh dua faktor tersebut (dalam diri sendiri serta lingkungan sekitar). Dalam diri yakni salah satunya adalah proses berfikir dimana seseorang atau suatu individu yang lebih memiliki kematangan kognisi atau mental yang lebih dewasa lebih memungkinkan untuk dapat mengontrol dirinya dengan baik. Sedemikian juga lingkungan disekitar yang mendukung. Individu yang memiliki lingkungan yang baik sangat lebih memberikan peranan baik terhadap pengendalian diri yang dimiliki oleh individu tersebut.

### **Permainan Tradisional “Engklek”**

Permainan berasal dari kata dasar “main” (*play*) yang antara lain berarti melakukan perbuatan untuk bersenang senang (Hurlock, 1978). Permainan adalah suatu hal yang menyenangkan yang dilakukan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri (Santrock, 2002). Bermain merupakan suatu sikap suka rela, dipilih oleh pelaku pemain sendiri (anak-anak yang bermain). Bermain sangat berpengaruh terhadap aspek perkembangan seperti kognitif, bahasa, pengetahuan tentang dunia, persepsi perkembangan gerakan tubuh, perkembangan sosial emosi (Kostelnik, 1988).

Hurlock (1978) menyatakan bahwa dalam permainan secara umum ada 2, yaitu bermain aktif dan bermain pasif. Bermain aktif merupakan bermain yang kegembiraannya timbul melalui apa yang dilakukan oleh anak itu sendiri, semisal dari bentuk kesenangan berlari atau membuat sesuatu dengan lilin atau cat. Pada bermain pasif yakni adalah kesenangan yang diperoleh dari kegiatan orang lain, seperti menonton sirkus, drama musikal, menonton TV bahkan membaca buku.

Pengaruh bermain bagi perkembangan anak meliputi (Hurlock, 1978):

- a. Perkembangan fisik, sangat berpengaruh untuk perkembangan otot serta dapat menyalurkan tenaga yang berlebihan dalam diri anak.
- b. Dorongan berkomunikasi, dalam permainan dengan anak yang lain, anak diharuskan untuk mengerti apa yang akan dikomunikasikan anak lain.
- c. Penyaluran bagi emosional yang terpendam.
- d. Penyaluran bagi kebutuhan dan keinginan.
- e. Sumber belajar, bermain sangat memberi kesempatan untuk mempelajari berbagai hal, melalui buku, televisi serta menjelajahi lingkungan.

- f. Rangsangan bagi kreativitas, dalam bereksperimen dalam permainannya, anak-anak menemukan bahwa merancang sesuatu yang baru dan berbeda dapat menimbulkan kepuasan.
- g. Perkembangan wawasan diri, dengan mengikuti berbagai macam permainan anak dapat mengetahui tingkat kemampuannya dibandingkan dengan temannya.
- h. Belajar bermasyarakat, bermain bersama anak lain, mereka belajar bagaimana membentuk hubungan sosial dan bagaimana menghadapi untuk memecahkan sebuah masalah bersama-sama.
- i. Standar Moral, dalam permainan tidak ada pemaksaan standar moral paling teguh selain dalam kelompok bermain.
- j. Belajar bermain sesuai dengan peran jenis kelamin.
- k. Perkembangan ciri kepribadian yang diinginkan, dalam hubungan dengan anggota kelompok bermain, anak belajar bekerjasama, murah hati, jujur, suportif, dan disukai orang.

Bermain dapat dipengaruhi oleh tradisi, anak kecil akan meniru permainan anak yang lebih besar yang telah meniru dari generasi anak sebelumnya. Dalam setiap kebudayaan disuatu suku atau bangsa dalam suatu generasi dapat menurunkan bentuk permainan yang paling memuaskan kegenerasi selanjutnya. Seperti halnya pada negara kita Indonesia ini, sangat banyak permainan tradisional dari berbagai macam suku dan budaya yang mempengaruhi dunia permainan anak, salah satunya adalah permainan engklek.

Iswinarti (2007), menemukan 43 variasi nama untuk permainan tradisional *Engklek*, salah satunya dalam bahasa Inggris "*hopscotch*" dan dari daerah yang terdapat di Nusantara antara lain: Engklek (Jawa Timur, dan Tengah), Tengge-tengge (Gorontalo), Cak Lingking (Bangka), Intingan (Kalimantan), Gedrik (Banyuwangi), Tepok Gunung (Jawa Barat), Gili – gili (Merauke), Dengkleng, Tepro (Bali), dan masih banyak lainnya. Permainan tradisional engklek merupakan permainan yang memiliki prosedur permainan mengangkat kaki dengan melewati beberapa kotak yang membentuk pola serta menggunakan gacuk (pecahan genteng atau batu) sebagai media permainannya (Iswinarti, 2010).

Selain itu, pada penelitiannya yang berjudul *the influence of tradisional game engklek with Berlian Method to Improve Problem Solving skills*, menyatakan bahwa dengan metode berlian (Bermain-ExpeRiential-Learning-Anak), merupakan sebuah metode pembelajaran dengan media permainan yang diambil dari konsep teori oleh David Kolb, mengacu pada konten *problem solving*, dengan hasil adanya pengaruh yang signifikan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan permainan *engklek* khususnya pada macam *engklek Pa'a* dan *Payung*, yang mana terdapat beberapa proses perubahan didalamnya yakni yang terkait pada aspek *problem solving* (Iswinarti, 2018). Dengan adanya konsep *problem solving* dalam diri, anak mampu lebih menggunakan strateginya dalam merespon suatu aktifitas, hal ini dapat meminimalisir untuk lebih mampu mengontrol dirinya dengan baik.

Dari penelitian yang dilakukan Iswinarti (2008) didapatkan beberapa manfaat yang terkandung didalam permainan engklek ini yakni:

- a) Melatih perkembangan motorik diantaranya: Keseimbangan tubuh, ketahanan fisik, mengatur energi dan stamina tubuh dengan baik, melatih koordinasi anggota tubuh yang bergerak aktif. Aplikasi dalam permainannya ketika pemain melakukan lompatan dengan satu kaki terkecuali oleh tongkat tertentu. Serta ketika pemain melempar gaju (pecahan genting) tidak boleh terkena atau keluar dari garis yang telah ditentukan.
- b) Meningkatkan kemampuan kognitif diantaranya: Melatih konsentrasi, meningkatkan kemampuan berhitung dan mengenal angka- angka, meningkatkan kreativitas anak dalam menyusun strategi permainan dan *problem solving* dalam diri anak. Aplikasi dalam permainannya adalah ketika pihak musuh memiliki rumah yang banyak maka pemain akan menghadapi banyak masalah dan rintangan.
- c) Meningkatkan perkembangan sosial: melatih anak agar mampu bersosialisasi dengan baik, memupuk anak untuk lebih bisa berkompetisi dengan suportif. Aplikasi dalam permainan ketika pemain berusaha atau berlomba untuk mengumpulkan rumah sebanyak-banyaknya.
- d) Meningkatkan perkembangan kepribadian: meningkatkan harga diri serta rasa percaya diri, menumbuhkan rasa suportifitas, melatih berempati, serta belajar untuk mengambil keputusan dan lebih bertanggung jawab. Aplikasi dalam

permainannya ketika pemain harus berusaha untuk mendapatkan rumah yang banyak dan ketika pemain membiarkan rumah miliknya dilewati musuh dengan garis tertentu.

### **Permainan tradisional engklek dan *self control***

Dalam permainan tradisional engklek, sudah dipaparkan secara detail beberapa manfaat dan aspek yang terdapat dalam permainan engklek ini. Mengacu pada kajian secara teoritis sebelumnya, dapat dilihat keterikatan antara kedua variabel penelitian. *Self control* menurut Chalhoun dan Accochela (1990) adalah suatu kemampuan individu dalam bertindak laku dengan baik untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkannya. Individu dapat dikatakan mempunyai *self control* yang tinggi ketika anak dapat memenuhi ketiga aspek yang telah dituliskan sebelumnya yakni: *Behavior control*, *cognitive control* dan *desition control*. Sedaangkan permainan engklek dengan berlandaskan memiliki nilai-nilai terapeutik yang terkandung didalamnya yang berupa nilai kompetensi sosial, nilai problem solving, kesehatan mental (Iswinarti, 2007). Selain itu dalam nilai kopetensi sosial terdapat aspek *problem solving* dan pengendalian diri.

Pada permainan tradisional engklek memiliki beberapa aturan dan prosedur yang harus dilakukan serta ditaati oleh pemain yang bersifat konsisten. Aturan dalam permainan engklek yakni seperti melempar atau menggeser gacu, gacu tidak boleh mengenai garis atau keluar dari kotak, saat membawa gacuk dengan menggunakan salah satu punggung tangan, gacu tidak boleh jatuh, ketika melompat dengan membawa gacu, kaki tidak boleh mengenai garis. Prosedur dalam permainan engklek, ketika pelemparan gacu, pemain harus melempar dengan keadaan yang tegak, ketika menggeser maupun melompat salah satu kaki diangkat dan tidak boleh jatuh. Dengan adanya aturan dan prosedur permainan yang wajib diikuti oleh pemain yang mengharuskan anak untuk bisa mengontrol dirinya dengan mengikuti aturan serta prosedur permainan engklek ini, sehingga anak mampu untuk mengontrol diri untuk lebih tenang yang dapat meningkatkan *self control* dalam diri anak tersebut.



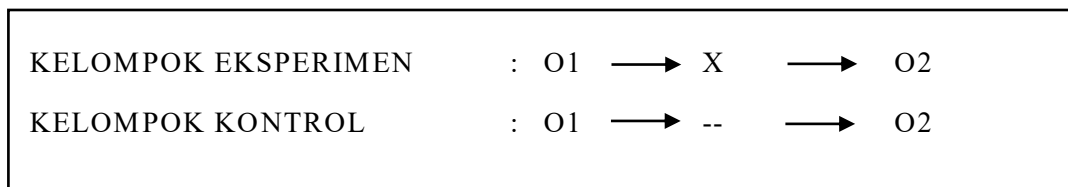
## Hipotesis Penelitian

Berdasarkan yang telah dikemukakan sebelumnya terkait Pelatihan *Self Control* dengan media permainan *Engklek* mampu mengurangi perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar. Maka hipotesis dalam penelitian adalah adanya pengaruh peningkatan *self control* untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi eksperimental*. Kuasi eksperimen merupakan eksperimen yang dilakukan tanpa randomisasi, namun masih menggunakan kelompok kontrol. Bentuk kuasi eksperimen yang digunakan adalah *non randomized Pretest – posttest control group design*, yang merupakan metode eksperimen yang membandingkan suatu efek perlakuan yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi yang diberikan kepada subjek penelitian (Latipun, 2011). Desain penelitian ini, dilakukan pengukuran terhadap variabel, diawal dan diakhir penelitian (Sugiono, 2011). Variabel yang diukur pada penelitian ini merupakan *self control* yang meningkat dan berpengaruh pada pengurangan perilaku mengganggu pada anak. Pengukuran secara kuantitatif dengan menggunakan skala *Self control* dan *ceklist observasi* yang diambil dari *symptom* perilaku mengganggu.



Gambar. Desain Penelitian

Keterangan:



- O1 : Pretest Self control  
X : Permainan engklek  
(--) : Tanpa Perlakuan  
O2 : Posttest self control

### **Subjek penelitian**

Dalam pemilihan sampel pada penelitian ini dengan *purposive sampling*, yang merupakan salah satu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau tujuan tertentu (Sugiono, 2011). Subjek dalam penelitian ini merupakan anak yang berusia 9 – 11 tahun, dengan kriteria anak dengan perilaku mengganggu, khususnya pada gejala melakukan aktifitas yang mengganggu. Penentuan subjek yang ditentukan dengan hasil screening dengan menggunakan *ceklist observasi* yang sesuai dengan kriteria *disruptive behavior*.

Penelitian ini diberikan kepada 34 anak yang sesuai dengan kriteria yang terdiri dari 2 kelompok yakni kelompok eksperimen dan kelompok control. Hasil dari kriteria dengan menggunakan 2 skala yang menunjukkan kategori sedang pada skala *self control* dan kategori tinggi pada ceklist perilaku mengganggu. Skor hasil pada ceklist perilaku mengganggu di analisis menggunakan uji homogenitas untuk mengetahui kesamaan pada setiap subjek dengan hasil kelompok eksperimen kontrol mempunyai varian yang sama dengan nilai sig. 0.374 ( $>0.05$ ). dengan kata lain kendali awal kedua kelompok tidak ada perbedaan

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang pertama yakni untuk mengukur tingkat *self control* pada anak usia sekolah dasar, yang diadaptasi dari skala yang dimiliki oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) dengan 10 item yang memiliki 5 aspek untuk diungkap *self-discipline, deriberate/nonimpulsive, healt habit, work etnic, reability*. pada skala self control memiliki 5 pilihan jawaban (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Cara skoring dengan menjumlahkan hasil yang tertera dari setiap pernyataan.

Selain itu untuk instrument yang kedua mengukur perilaku mengganggu (*disruptive behavior*) yang mengacu pada skala disruptive behavior (DBS-PS) yang berjumlah 16

item yang terdiri oleh 3 faktor yakni Factor I *Distraction-transgression* (DT), Factor II *Schoolmates Aggression* (SA), III *School Authority Aggression* (AA). Dimana instrumen ini berupa ceklist behavior yang diisi oleh guru kelas subjek yang menggambarkan seberapa tinggi perilaku mengganggu yang dinampakan oleh subjek.

### **Prosedur Penelitian**

Penelitian ini dilakukan kepada subjek yang memiliki kriteria mengganggu pada setiap sekolah dasar, tahapan penelitian yang dilakukan berupa :

1. Penentuan macam permainan tradisional engklek dimulai dengan membentuk sebuah grup diskusi untuk pemilihan macam engklek yang dibutuhkan dalam perlakuan. Hasil dari diskusi menyatakan bahwa engklek pa'a dan sorok untuk dijadikan media perlakuan.
2. *Tryout* permainan serta skala *self control* (subjek) dan perilaku mengganggu (guru subjek), hasil menggunakan uji kappa untuk mengetahui persamaan pendapat dari 2 *inter-rater*.
3. Pada awal penentuan subjek dilakukan *screening* pada setiap sekolah yang berada di kabupaten tanah bumbu Kalimantan selatan untuk mencari anak yang dirasa memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dengan rentangan usia 9 – 11 tahun, berjenis kelamin perempuan dan laki – laki serta mendapatkan ijin dari orang tua.
4. Kemudian didapatkan 50 subjek yang terdapat di 6 sekolah dasar. Kelimpuluh partisipan dilakukan *screening* awal kepada guru untuk mengamati serta memberikan penilaian perilaku pada masing – masing subjek. Serta diberikan skala *self control* untuk melihat kondisi *self control* sebelum diberikan perlakuan.
5. Dari 50 subjek yang telah melalui *screening* perilaku, hasil skor dianalisis menggunakan uji homogenitas untuk mengetahui kesamaan pada setiap kelompok dan ditemukan 34 subjek yang memiliki *self control* dengan kategori sedang dan memiliki hasil ceklist *behavior* untuk perilaku mengganggu yang tinggi.
6. Partisipan penelitian dijadikan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control. Pembagian kelompok kontrol dan eksperimen. Pada kelompok

eksperimen akan diberikan perlakuan yakni permainan tradisional engklek yang bertujuan untuk meningkatkan *self control*. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan manipulasi.

7. Mengundang subjek untuk bermain (kelompok eksperimen) bersama dan meminta izin kepada orang tua/wali serta meminta persetujuannya agar anak diperbolehkan mengikuti proses penelitian dari awal hingga akhir.
8. Manipulasi/perlakuan diberikan sebanyak 4 sesi yang diberikan secara berkelompok. Pada kelompok eksperimen peneliti memberikan media permainan engklek yang terdiri dari dua macam engklek yakni dengan *engklek pa'a* dan *engklek sorok*. Perlakuan terdiri dari 4 sesi disetiap perlakuannya. Setelah diberikan setiap kelompok pretest dan posttest. Sedangkan untuk kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Adapun rincian prosedur serta sesi terdapat dalam lampiran modul permainan tradisional *engklek*. Setelah jangka waktu 1 minggu peneliti meminta hasil observasi guru terkait perilaku destruktif yang tertera pada lembar observasi *disruptive behavior* untuk lembar ceklist guru.
9. Setelah perlakuan selesai, partisipan penelitian diberikan skala *self control* dan behavior ceklist kepada guru dan setelahnya dilakukan analisis.

### **Analisis Data**

Setelah semua data terkumpul peneliti kemudian menganalisa data hasil perolehan setiap subjek dengan menggunakan *Wilcoxon*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada masing masing kelompok. Serta menggunakan *Mann Whitney* digunakan untuk melihat perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Deskripsi data penelitian**

Analisis data yang dilakukan, untuk mengetahui perbedaan *mean* dari variabel *self control* dan variabel perilaku mengganggu antar kelompok, Berikut tabel perbedaan variabel *self control* dan perilaku mengganggu:

**Tabel 1. Deskripsi Mean variabel *self control* dan perilaku mengganggu pada kel. kontrol dan kel. eksperimen.**

Grop	Variabel	Pretest		Post test	
		Mean	SD	Mean	SD
<b>Eksperimen</b>	Self control	23.94	2.135	33.76	3.113
	Perilaku mengganggu	35.59	2.526	25.06	3.307
<b>Kontrol</b>	Self control	23.18	1.845	23.47	1.764
	Perilaku mengganggu	35.76	2.359	35.65	1.412

Terlihat dari Tabel 1. didapatkan hasil pretest pada variabel *self control* pada kelompok eksperimen ( $M$  23.94,  $SD$  2.135) dan nilai mean pretest pada kelompok kontrol ( $M$  23.18,  $SD$  1,845). Hasil pretest pada variabel perilaku mengganggu pada kelompok eksperimen adalah ( $M$  35.59,  $SD$  2.526) dan pada kelompok kontrol nilai pretes sebesar ( $M$  35.76,  $SD$  2,359) dapat disimpulkan kondisi subjek pada kedua kelompok pada kisaran sama atau tidak ada perbedaan hasil skor pretest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada kedua variabel.

Pada hasil posttest pada variabel *self control* kelompok eksperimen sebesar ( $M$  33.76,  $SD$  3.113). Sedangkan pada kelompok kontrol dengan hasil skor ( $M$  23.47,  $SD$  1.764) dan pada variabel perilaku mengganggu hasil posttest pada kelompok eksperimen sebesar ( $M$  25.06,  $SD$  3.307), dan pada kelompok kontrol sebesar ( $M$  35.65,  $SD$  1.412). Terlihat adanya peningkatan pada hasil posttest kelompok eksperimen pada variabel *self control* dan tidak ada peningkatan dari hasil posttest kelompok kontrol. Serta adanya penurunan hasil posttest pada variabel perilaku mengganggu pada kelompok eksperimen dan sebaliknya pada kelompok kontrol tidak ada pengurangan dari hasil skor posttest pada variabel mengganggu, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan hasil posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

### **Manipulation Check**

Cek manipulasi merupakan sebuah prosedur yang dirancang untuk mengetahui bahwa faktor – faktor yang dikendalikan memang telah terlaksana seperti yang diharapkan. Pada variabel penelitian yang dilakukan manipulasi berupa variabel independent (Foschi, 2014). Dalam penelitian ini variabel *independent* yang dilakukan manipulasi cek adalah *self-control*. Pada penelitian ini, tujuan adanya manipulasi untuk memverifikasi keberhasilan perlakuan (permainan tradisional engklek) untuk

meningkatkan variabel *self control*. Cek manipulasi yang dilakukan dengan menggunakan uji *Mann Whitney*, yang bertujuan untuk melihat perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan permainan tradisional *engklek*.

**Tabel 2. Perbedaan Hasil antar kelompok**

<i>Self Control</i>	
N	34
U	10.000
p	0.000

Hasil dari uji *Mann Whitney* pada tabel diatas, yang dilakukan kepada 34 partisipan penelitian yang terdiri dari 17 orang kelompok eksperimen dan 17 orang kelompok kontrol, pada variabel *self control* memiliki nilai koefisien uji *mann whitney* adalah 10.000 dan skor P yaitu 0,000 sedangkan nilai *probabilitas* adalah 0,05. Maka dapat disimpulkan ( $0,000 < 0,05$ ) bahwa adanya perebedaan *self control* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sehingga manipulasi dengan permainan tradisional *engklek* dapat dikatakan berhasil untuk meningkatkan *self control* pada kelompok yang diberikan perlakuan atau kelompok eksperimen.

### Uji Hipotesis

Pada uji hipotesis, variabel yang akan diuji berupa variabel dependen. Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah perilaku mengganggu, hal ini menunjukkan bahwa uji hipotesis adalah dari hasil variabel perilaku mengganggu. Hasil yang akan ditunjukan sebagai berikut:

**Tabel 3. Perbedaan Perilaku Mengganggu**

Kelompok	Mean pretes	SDpretest	Mean posttest	SDposttest	Ket
<b>Eksperimen</b>	35.59	2.526	25.06	3.307	Mean pretest > mean postes
<b>Kontrol</b>	35.76	2.359	35.65	1.412	Mean pretest = mean posttes

Dari hasil Tabel 3. dapat terlihat pada kelompok eksperimen yang diberikan permainan tradisional *engklek* memperoleh nilai rata- rata pretes pada variabel perilaku mengganggu (M 35.59, SD 2.526) dan setelah dilakukannya *posttes* terdapat hasil (M 25.06, SD 3.307). Nilai rata-rata pada skor pretes lebih besar dibandingkan pada rata – rata posttes variabel *self control*, berarti adanya perbedaan antara hasil skor pretes dan posttes pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada kelompok kontrol memiliki skor rata – rata pretes pada variabel perilaku mengganggu (M 35.76, SD 2.359) dan (M 35.65, SD 1.412) pada rata- rata skor *posttest*. Hal tersebut menyatakan bahwa tidak adanya perbedaan antara *pretes* dan *posttes*.

**Tabel 4. Perbedaan hasil antar kelompok**

Perilaku Mengganggu	
N	34
U	1.500
p	0.000

Berdasarkan dari hasil *uji Mann Whitney* yang dilakukan terhadap 34 partisipan penelitian yang terdiri dari 2 kelompok yang masing – masing kelompok terdiri dari 17 orang, menunjukan skor pada variabel perilaku mengganggu, memiliki nilai koefisien uji *Mann Whitney* adalah 1.500 dan skor P yaitu 0,000 pada nilai probabilitas adalah 0,05. Dengan artian bahwa ( $0,000 < 0,05$ ) adanya perbedaan perilaku mengganggu dari setiap kelompok.

Dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dengan uji *Wilcoxon* menunjukan adanya penurunan perilaku mengganggu pada kelompok eksperimen setelah peningkatan *self control*. Selain itu, dengan menggunakan uji *Mann Whitney* yang dilakukan menunjukan adanya perbedaan yang signifikan pada variabel perilaku mengganggu antar kelompok. Hal ini mampu disimpulkan bahwa adanya peningkatan *self control* maka akan mempengaruhi penurunan perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar.

## PEMBAHASAN



Tujuan dari penelitian ini, dengan meningkatkan *self control* mampu untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Hal tersebut terlihat dari hasil penelitian, nampak bahwa adanya perbedaan anatara nilai hasil posttest skor perilaku mengganggu dari kedua kelompok, kontrol dan eksperimen. Hal ini meyakini bahwa peningkatan *self control* pada diri anak mampu untuk mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Hal ini yang dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Denson, De Wall, & Finkel (2012) yang berjudul *self control and aggression*, menyatakan bahwa banyaknya penelitian yang berkaitan dengan agresi serta perilaku *innapropriate* mengabaikan faktor internal dalam diri individu. Ketika dorongan untuk berperilaku menyimpang sedang mencapai puncaknya, *self control* mampu membantu individu untuk menurunkan agresinya dengan cara mempertimbangkan diri dalam aspek aturan dan norma sosial yang berlaku. Selain itu, permainan engklek merupakan suatu bentuk permainan dengan menggunakan aktifitas motorik. Menurut Diamond (2015), bahwasanya aktifitas fisik seperti berolahraga, mampu untuk meningkatkan fungsi eksekutif yang terdapat dalam proses *prefontal cortex*, dimana hal ini yang menyangkup pada proses berfikir fleksibel, *inhibitory control*, dan *working memory*.

*Self control* merupakan suatu hal yang krusial dalam diri suatu individu. Salah satu penelitian yang meyakini bahwa pada usia anak 6 sampai dengan 11 tahun, adalah masa peningkatan dalam mempertahankan suatu godaan, pada masa inilah *self control* menjadi sebuah kemampuan fleksibel dalam pembentukan moral pada diri anak. Dengan demikian individu yang memiliki *self control* yang cukup mampu untuk menahan diri dalam mengontrol perilaku yang tidak baik, serta mampu memprediksi seorang anak unggul dalam prestasi akademik, siap dalam menghadapi sesuatu, serta memiliki kompetensi sosial yang baik (Tarullo, 2009). Dalam perkembangannya *self control* juga dipengaruhi oleh perkembangan internal dalam diri individu dan eksternal yakni dengan pola asuh orang tua, serta teman sebaya (Fox & Calkins, 2003).

Dengan media permainan tradisional engklek, pada penelitian ini dipakai sebagai manipulasi untuk meningkatkan perkembangan *self control*. Dari beberapa aspek *self control*, salah satunya aspek *self discipline*, yang mengharuskan individu untuk melatih kefokusannya pada satu hal yang dikerjakannya, selain itu anak diharuskan untuk lebih berhati – hati dalam mengerjakan sesuatu, hal ini merupakan bekal yang harus ada dalam bermain pada permainan tradisional engklek. Gold (2012), memaparkan dalam

bukunya yang berjudul *play in children development, health and well-being*, menyatakan bahwa bermain memiliki esensi pada perkembangan kognitif, fisik, serta sosial dan emosi. Salah satu keuntungannya dari aspek emosi adalah anak mampu meregulasi diri serta mengontrol dirinya pada saat bermain pada salah satu permainan. Pada aspek *self control deliberate non-impulsive*, anak belajar bahwa tindakan yang tepat itu tidak harus tergesa – gesa dan tetap tenang, dalam salah satu adegan permainan engklek khususnya *engklek pa'a*, anak diharuskan untuk bertindak lebih tenang dan tidak perlu tergesa – gesa dalam mempertahankan gacu yang diletakkan pada tangan, kaki maupun pundak. Hal inilah yang mengharuskan dan membiasakan anak pada ketenangan dalam bertindak, ketenangan inilah yang menggambarkan aspek pengendalian diri yang terdapat dalam permainan engklek (Iswinarti, 2010).

Selain itu, saat proses *feedback*, anak dilatih untuk memperoleh pengalaman – pengalaman yang dapat diimplikasikan pada kehidupan nyatanya. Dalam proses bermain engklek, anak dilatih untuk mengimplikasikan apa yang ia dapatkan dalam bermain ke aktifitasnya, sebagaimana yang diharapkan dari setiap permainan yang dikaitkan dengan aspek *self control*. Anak diminta untuk menemukan sendiri pelajaran yang mampu mereka dapatkan pada proses permainan tradisional *engklek*, aktifitas ini yang sering disebut dengan *experiential learning*. Menurut Kolb (2002), *experiential learning* merupakan suatu proses pengetahuan yang diciptakan melalui transformasi dari pengalaman dalam diri individu. Dimana sebuah pengetahuan merupakan buah hasil dari kombinasi penyerapan dan transformasi pengalaman. Proses *experiential learning* yang berupa proses yang melingkar dan terdiri dari *fase concrete experience*, *face reflective observation*, dan *fase active experimentation* dimana anak diminta untuk memodifikasi perilaku yang lama dan mempraktikkan situasi dalam keseharian anak. (Alice & David, 2008).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku mengganggu yang meliputi faktor emosional yang mencakup pada temperamental, kemarahan, penentangan, ketegasan, furstasi, kecemasan, ketakutan, kebosanan, kebutuhan akan perhatian, kecemburuan serta rendah diri (Ficker, & Hoffman, 2006). Beberapa karakteristik perilaku mengganggu yang sering muncul pada usia anak sekolah dasar yang meliputi menuntut permintaan segera terpenuhi, tidak bisa menunggu untuk diperhatikan, mengganggu kegiatan siswa lain, tidak melakukan kegiatan secara mandiri, membantah ketika

ditegur, melarikan diri, cara bergaul yang kurang baik terhadap teman sebayanya, menolak mematuhi aturan yang diberikan oleh guru, serta berbohong (Arbuckle & Little, 2006). Menurut Drewes & Shafer, (2010) dalam bukunya yang berjudul *School-Based Play Therapy 2<sup>nd</sup> ed: Treating Disruptive Classroom Behavior of Preschoolers through Teacher-child Interaction Therapy* menyatakan bahwa terdapat terapi bermain yang dilakukan kepada anak dengan perilaku mengganggu merupakan sebuah perlakuan yang efektif untuk mengurangi perilaku agresi pada siswa. Hal ini terlihat dari penelitian yang telah dilakukan, meningkatkan *self control* dengan media permainan tradisional engklek mampu menjadi suatu alternatif terapi dalam menangani atau mengurangi perilaku mengganggu pada anak khususnya anak sekolah dasar.

Namun, dalam proses penelitian ini tidak terlepas dari beberapa kekurangan pada konsep pelaksanaan. Dalam meminimalisir faktor eksternal dan keterbatasan waktu selama proses terapi, khususnya pada jarak *screening* awal dengan diadakannya perlakuan. Hal ini menghambat peneliti dalam pemilihan subjek dan terputus oleh libur sekolah. Namun secara keseluruhan penelitian ini berjalan dengan baik dan sesuai dengan pedoman yang telah dibuat.

## **KESIMPULAN & IMPLIKASI**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan dengan menggunakan media permainan tradisional engklek sebagai manipulasi, mampu meningkatkan *self control* pada kelompok eksperimen. Hasil yang terlihat dari peningkatan skor *self control* kelompok eksperimen saat pretes dan posttest. Selain itu, terlihat dari hasil adanya korelasi yang negatif antar variabel, hal ini dapat dinyatakan bahwa peningkatan *self control* dapat mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Dengan hasil ini mampu ditarik beberapa implikasi antara lain:

### **1. Bagi Partisipan**

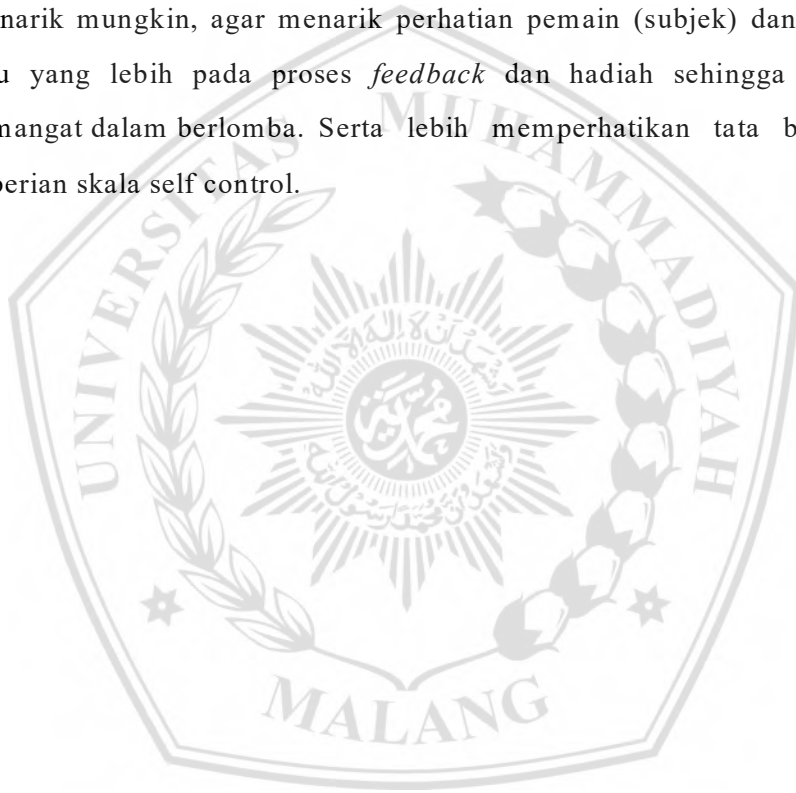
Dengan dilaksanakannya penelitian ini maka dapat diketahui bahwa perilaku mengganggu pada anak sekolah dasar dengan rentangan usia 8 – 11 tahun, dapat dilakukan dengan melihat aspek *self control* yang terdapat dalam diri setiap individu, yang mampu ditingkatkan oleh media permainan tradisional engklek. *Experiential learning* yang didapat mampu berimplikasi dan dibawa menjadi sebuah proses pembelajaran dalam keseharian subjek.

2. Bagi Sekolah

Dengan didapatkan hasil bahwa peningkatan *self control* mampu mengurangi perilaku mengganggu yang dilakukan oleh anak. Selain itu para pendidik dapat mengajarkan sekaligus menjaga permainan ini agar lebih dikenal oleh generasi berikutnya, bahwa permainan ini memiliki manfaat yang positive bagi perkembangan anak.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Mampu lebih memilih varian *engklek* yang lebih banyak dan lebih didesain semenarik mungkin, agar menarik perhatian pemain (subjek) dan memberikan waktu yang lebih pada proses *feedback* dan hadiah sehingga subjek lebih bersemangat dalam berlomba. Serta lebih memperhatikan tata bahasa dalam pemberian skala *self control*.



## REFERENSI:

- Alex R. Piquero, Wesley G., Jennings, David P. Farrington (2010). *Self Control Interventions for children under age 10 for improving self-control and delinquency and problem behavior*. The Campbell Collaboration
- Arbuckle, dan Little. (2004). Teacher's perceptions and management of disruptive classroom behavior during the middle year. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*. (4). Hal. 59-70
- Arthur J. S, and Bethany E. C. (2001). *Using Games to Improve Self-control problem in children*. Canada : Simultaneously
- Calhoun, J.F dan Acocella, J.R. (1990). *Psikologi Penyesuaian dan Hubungan Manusia*. New York: McGraw Hill, Inc.
- Cooperkline, J. (2009). School Absenteeism, Disruptive classroom behavior, and Disruptive family Processes in a sample of Court-involved youth. Tersedia dari Proquest Thesis
- Denson, T. F., De Wall, C.N., & Finkel, E.J. (2012). Self-control and Aggression. *Journals of Psychological Science*
- Diamond, A. (2015). Effectivtr of psysical exercise on executive functions: Going beyond simply moving to moving with thought. *Departement of Psychiatric*
- DislichF. X. R., Zinkernagel, A., Ortner, T.M., Schimitt, M., 2010. Confergence of direct, and objektive riks-taking measure in gambling: he moderating role of impulsiveness and self-control. *Journal of Psychology*, 218(1), 20–27. doi: 10.1027/0044-3409/a000004
- Drabman, R. S., Spitalnik, R., & O'Leary, K. D. (1973). Teaching self-control to disruptive children. *Journal of Abnormal Psychology*. 82(1), 10-16.
- Drewes, A.A. & shafer C., S.(2010) School-Based Play Therapy 2<sup>nd</sup> ed : *Treating Distruptive Classroom Behavior of Preschoolers trough Teacher-child Interaction*. Canada: Simultaneously
- Elliot, Stephen N dkk.1999. *Educational Psychology*. Singapore : McGraw -Hill
- Foschi, M. (2014). *Hypotheses, Operationalizations, and Manipulation Checks. Laboratory Experimens in the Social Sciences*: Second Edition (Second Edi). Elsevier Inc. <http://doi.org/10.1016/B978-0-12-404681-800011-X>
- Fox, N.A & Calkins, S. D., 2003. The development of self- control of emotion: *intrinsic and Extrinsic Influenses*. 27(1), 7-26.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arr-Ruzz Media
- Gibson, Robert L dan Marianne H. Mitchel. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Gliebe. K, (2011). The development of self-control in young children, *Lutheran educational journal*.
- Goldstein. J, (2012). *Play in Children's Development, helth and well-being*. Brussels: Toy industries
- Gottfredson, M. R. & Hirschi, T. (1990). *A General Theory of ACrime*. Stanford: Stanford University
- Haerani N., (2015). *Membangun Karakter Anak melalui permainan Tradisional*, Naskah Publikasi [www.gogle.com](http://www.gogle.com), diakses tanggal 1 oktober 2016
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Perkembangan anak jilid 1*. Alih bahasa: Med. Meitasari T. Dan Muslichah Zarkasih. Jakarta: Erlangga
- Iswinarti, Fasichah, S. S., & Sulismadi. (2007). Permainan anak tradisional sebagai model peningkatan kompetensi sosial anak usia sekolah. *Laporan Penelitian Hibah Bersaing Tahun I*. Malang: Lembaga Penelitian UMM.
- Iswinarti, Fasicahah, S. S., & Sulismadi. (2008). Permainan anak tradisional sebagai model peningkatan kompetensi sosial anak usia sekolah. *Laporan Penelitian Hibah Bersaing Tahun II*. Malang: Lembaga Penelitian UMM.
- Iswinarti, (2010). *Nilai – nilai Terapiutik permainan tradisional engklek pada anak usia sekolah dasar*. Naskah Publikasi: [www.gogle.com](http://www.gogle.com) diakses tanggal 20 September 2015
- Iswinarti, (2018)., The influence of tradisional game engklek with berlian method to improve problem solving skills. *Advances in Sosal Science, Education and Humanities Research*, (231)
- Kokkonen, M., Pulkkinen, L., & Kinnunen, T. (2001). *Low Self-Control of emotions as an antecedent of self-reported psysical symptom: A longitudinal perspective*. European Psychologist.
- Kolb, A.Y & David, K, (2008). *Experimental learning theory: dynamic, holistic approach to management learning, education, and development*. Case western : reserve university
- Latipun, (2011). *Psikologi Eksperimen.*: edisi kedua. Malang: UMMPress.
- Levin, J., Kaye, J. M, (1996). *The self-control classroom: understanding and managing the distructive behavior of all student, including those with ADHD*. Lowa: Hunt Pub.
- Morrison, dkk. (2007). *Research Methods In Education* (Six Edition) New York: Routledge
- Marais, P.& Meier, C (2010). *Disruptive Behavior in the foundation Prase of Shooling*. South Africa: Jouranl of education EASA
- Petitclerc, A., Tremblay, R. E., (2009). Childhood Disruptive Behavior Disorders : Review of Their Origin, Development, and Prevention

- Purwaningsih, E. (2006), *Permainan tradisional anak*, Yogyakarta: universitas negri yogyakarta.
- SetiadiN.B, Seniati & Yulianto, 2014. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sugiono. (2011). *Metode penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D*. BandungAlfabeta.
- Sutton - Shimth B., 1999, *Children Forklore: A source Book*. Logan, Utah: Utah University Press.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A.L., (2004). *High self-control predicts good adjustmentless pathology, better grades, and internasional success* Journal of personality 271-324. The University of Chicago.
- Tarullo A.R, Obradovic J, Gunnar M.R., (2009). *Self control and the Developing Brain*, Naskah Publikasi [www.gogle.com](http://www.gogle.com) , diakses tanggal 20 oktober 2015.
- Veiga, F. H., (2008). *Disruptive behavior scale professed by student (DBS-PS): Development and Validation*. International Journal of Geriatric Psychiatry
- Piquero A.R, Wesley G.J., & David P.F, 2010. *Self Control Intervensions for children under age 10 for improving self-control and delinquency and problem behaviors*, Campbell Systematic Review
- Will, T. A., Gibbons, F. X., Gerrald, M., Murry, V. M., & Brody, G. H. 2003. Family comunication and religiosity related to substance use and sexual behavior in early adolescence: *A test for pathways through self-control and perception*.

# LAMPIRAN





### Kelompok Eksperimen

Subjek	Usia	JK	Kelas	Sekolah	Hasil SC	Hasil DB
NF	10th	Perempuan	IV	SDN Pasar baru 2	Sedang	Tinggi
ZA	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 2	Sedang	Tinggi
R	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 2	Sedang	Tinggi
AS	10th	Perempuan	IV	SDN Pasar baru 2	Sedang	Sedang
RH	9 th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 2	Sedang	Tinggi
M.A	10th	Laki-laki	V	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
A S	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
F	9 th	Perempuan	IV	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
MS	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
AD	10 th	Laki-laki	V	SDN Pasar Baru 1	Sedang	Tinggi
E	9 th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 1	Sedang	Tinggi
K	10th	Laki-laki	III	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
RL	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
BY	10th	Laki-laki	IV	SDN Pasar Baru 1	Sedang	Tinggi
ST	10th	Laki-laki	V	SDN Pasar baru 3	Sedang	Tinggi
M	10th	Perempuan	IV	SDN Pasar Baru 1	Sedang	Tinggi
AN	10th	Perempuan	V	SDN Pasar baru 3	Sedang	Sedang

### Kelompok Kontrol

Subjek	Usia	Jenis kelamin	Kelas	Sekolah	Hasil SC	Hasil DB
SS	11th	Perempuan	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
RA	11th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
HR	11th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
RM	10th	Perempuan	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
DH	9 th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
AR	10th	Laki-laki	V	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
CM	10th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
SH	9 th	Perempuan	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
G	10th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
AK	9 th	Laki-laki	V	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
EK	9 th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
MR	9th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
DP	10th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
Z	10th	Laki-laki	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
RY	10th	Laki-laki	V	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
NN	10th	Perempuan	IV	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi
AZ	10th	Perempuan	V	SDN Kota Pagatan 2	Sedang	Tinggi

### HASIL PRETEST SELF CONTROL (KEL EKSPERIMEN)

Subjek	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	Jumlah	Kategori
NF	3	3	2	3	1	2	3	3	3	1	24	S
ZA	3	3	1	2	2	4	1	3	3	1	23	S
R	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	S
AS	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	26	S
RH	2	1	2	3	3	3	4	2	2	2	24	S
MA	5	1	1	2	1	4	1	4	5	3	27	S
AS	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	27	S
F	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	27	S
MS	2	1	3	2	1	2	2	3	3	2	21	S
AD	1	3	2	2	3	1	1	2	2	5	22	S
E	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	22	S
K	4	1	1	2	1	4	1	3	4	3	24	S
RL	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	23	S
BY	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	S
ST	1	2	4	3	1	4	4	1	4	2	26	S
M	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	24	S
AN	2	2	2	4	1	5	1	3	4	1	25	S

### HASIL PRETEST SELF CONTROL (KEL KONTROL)

Subjek	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	Jumlah	Kategori
SS	3	3	2	3	1	2	3	3	3	1	24	Sedang
RA	3	3	1	2	2	4	1	3	3	1	23	Sedang
HR	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	Sedang
RM	3	2	3	1	3	2	2	3	3	3	25	Sedang
DH	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	24	Sedang
AR	5	1	1	2	1	4	1	4	5	3	27	Sedang
CM	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	27	Sedang
SH	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	27	Sedang
G	2	1	3	2	1	2	2	3	3	2	21	Sedang
AK	1	3	2	2	2	1	1	2	2	5	21	Sedang
EK	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	22	Sedang
MR	4	1	1	2	1	2	1	3	2	3	20	Sedang
DP	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	23	Sedang
Z	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	Sedang
RY	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	18	Sedang
NN	3	4	3	2	1	2	2	2	2	2	23	Sedang
AZ	2	2	2	4	1	3	1	3	2	1	21	Sedang

### HASIL POSTTEST SELF CONTROL (KEL. EKSPERIMEN)

Subjek	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	Jumlah	Kategori
NF	5	4	5	5	3	5	2	5	3	3	40	T
ZA	4	3	5	5	3	5	5	4	3	3	40	T
R	5	3	4	4	5	3	3	4	5	3	39	T
AS	5	3	4	3	3	5	2	4	3	3	35	T
RH	4	5	3	5	5	3	2	3	3	4	37	T
MA	5	1	4	2	5	4	4	2	3	2	32	S
AS	5	4	5	4	4	4	4	4	2	4	40	T
F	4	2	5	5	3	4	4	5	4	5	41	T
MS	4	2	5	4	5	5	5	5	4	5	44	T
AD	2	3	1	3	3	5	2	2	4	3	28	S
E	5	5	5	2	3	2	3	4	5	3	37	T
K	1	3	2	5	4	5	3	2	1	4	30	S
RL	5	5	5	5	5	5	5	4	1	2	42	T
BY	5	5	5	5	2	5	5	2	4	3	41	T
ST	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	33	S
M	1	5	4	4	5	5	5	4	3	5	41	T
AN	2	2	5	5	1	4	4	3	4	2	32	S

### HASIL POSTTEST SELF CONTROL (KEL KONTROL)

Subjek	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	Jumlah	Kategori
SS	3	3	2	3	1	2	3	3	3	1	24	Sedang
RA	3	3	1	2	2	2	1	3	3	1	21	Sedang
HR	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	Sedang
RM	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	26	Sedang
DH	2	1	2	3	3	3	4	2	2	2	24	Sedang
AR	3	1	1	2	1	2	1	3	2	3	19	Sedang
CM	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	25	Sedang
SH	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	25	Sedang
G	2	1	3	2	1	2	2	3	3	2	21	Sedang
AK	1	3	2	2	3	1	3	1	2	5	23	Sedang
EK	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	22	Sedang
MR	4	1	1	2	1	4	1	3	4	3	24	Sedang
DP	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	23	Sedang
Z	3	2	2	1	1	2	3	1	3	3	21	Sedang
RY	1	2	4	3	1	4	4	1	4	2	26	Sedang
NN	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	24	Sedang
AZ	2	2	2	2	1	3	1	3	3	1	20	Sedang

### HASIL PRETEST PERILAKU MENGGANGU (KEL EKSPERIMEN)

Subjek	Usia	DT1	DT2	DT3	DT 4	DT5	DT6	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	AA1	AA2	AA3	AA4	AA5	Jumlah	Kategori
NF	10th	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	36	T
ZA	10th	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	3	1	1	2	38	T
R	10th	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	3	1	33	T
AS	10th	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	3	31	S
RH	9 th	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	1	1	2	37	T
M.A	10th	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	1	1	2	36	T
A S	10th	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	3	1	35	T
F	9 th	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	3	1	1	2	38	T
MS	10th	2	3	2	1	3	2	3	3	2	3	2	1	2	1	3	1	34	T
AD	9 th	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	1	2	2	39	T
E	9 th	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	1	1	2	36	T
K	10th	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	1	3	35	T
RL	10th	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	3	2	39	T
BY	10th	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	3	1	33	T
ST	10th	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	3	1	38	T
M	10th	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	1	1	2	36	T
AN	10th	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	1	3	31	S

### Hasil Pretest perilaku mengganggu (kel Kontrol)

Subjek	Usia	DT 1	DT 2	DT 3	DT 4	DT 5	DT 6	SA 1	SA 2	SA 3	SA 4	SA 5	A A 1	AA 2	AA 3	AA 4	AA 5	Jumla h	Kategor i
SS	10th	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	35	Tinggi
RA	10th	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	36	Tinggi
HR	10th	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	38	Tinggi
RM	10th	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	42	Tinggi
DH	9 th	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	35	Tinggi
AR	10th	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	3	37	Tinggi
CM	10th	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	1	3	35	Tinggi
SH	9 th	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	35	Tinggi
G	10th	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	35	Tinggi
AK	9 th	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	37	Tinggi
EK	9 th	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	36	Tinggi
MR	10th	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	1	3	37	Tinggi
DP	10th	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	30	Tinggi
Z	10th	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	35	Tinggi
RY	10th	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	2	34	Tinggi
NN	10th	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	36	Tinggi
AZ	10th	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	35	Tinggi

### HASIL POSTTEST PERILAKU MENGGANGU (KEL EKSPERIMEN)

Subjek	Usia	DT 1	DT 2	DT 3	DT 4	DT 5	DT 6	SA 1	SA2	SA3	SA4	SA5	AA1	AA2	AA3	AA4	AA5	Jumlah	Kategori
NF	10th	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	25	Sedang
ZA	10th	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	23	Sedang
R	10th	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	24	Sedang
AS	10th	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	21	Sedang
RH	9 th	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	26	Sedang
M.A	10th	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	25	Sedang
A S	10th	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	23	Sedang
F	9 th	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	27	Sedang
MS	10th	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	26	Sedang
AD	9 th	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	22	Sedang
E	9 th	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	25	Sedang
K	10th	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	24	Sedang
RL	10th	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	30	Sedang
BY	10th	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	24	Sedang
ST	10th	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	3	35	Tinggi
M	10th	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	26	Sedang
AN	10th	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	20	Sedang



### Hasil Posttest perilaku mengganggu (kel Kontrol)

Subjek	Usia	DT1	DT2	DT3	DT4	DT5	DT6	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	AA1	AA2	AA3	AA4	AA5	Jumlah	Kategori
SS	11th	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	35	Tinggi
RA	11th	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	35	Tinggi
HR	11th	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	36	Tinggi
RM	10th	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	38	Tinggi
DH	9 th	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	42	Tinggi
AR	10th	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	35	Tinggi
CM	10th	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	3	37	Tinggi
SH	9 th	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	1	3	35	Tinggi
G	10th	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	35	Tinggi
AK	9 th	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	35	Tinggi
EK	9 th	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	37	Tinggi
MR	9th	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	36	Tinggi
DP	10th	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	1	3	37	Tinggi
Z	10th	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	30	Tinggi
RY	10th	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	35	Tinggi
NN	10th	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	2	34	Tinggi
AZ	10th	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	36	Tinggi



---

# PEDOMAN SELF CONTROL TRAINING DENGAN MEDIA PERMAINAN TRADISIONAL ENGKLEK

---

Noor Latifah Andina, Iswinarti, Salis Yuniardi



# BAB I

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Fenomena perilaku mengganggu yang terjadi pada anak dibawah usia sangat meningkat secara signifikan, baik dilingkungan sekolah maupun keluarga. Anak Indonesia diprediksi banyak terlibat kejahatan hukum meskipun belum ada angka yang pasti. Di tahun 2000, terdapat 420 kasus anak yang berkonflik, dari catatan Balai Pemasyarakatan (BAPAS). Dimana kejahatan yang mereka lakukan bermacam-macam, mulai dari mencuri, pemerasan, pengeroyokan pengguna obat-obatan, pemerkosaan serta pembunuhan (Lembaga Advokasi Anak, 2002). Selain itu, menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2002 tercatat hanya berjumlah 193.115 kasus. Fenomena lain, dari hasil penelitian Campbell Rodriques, Anderson & Barnes (2013), mengemukakan bahwa 35,8% dari siswa berperilaku mengganggu ketika dalam kelas.

Beberapa terapi yang telah diterapkan kepada anak dengan perilaku mengganggu, salah satunya yang terdapat dalam penelitian yang berjudul *Teaching Self-control to disruptive children*, dengan metode pengajaran kontrol diri kepada anak laki laki dengan usia 8 hingga 10 tahun dengan menggunakan token yang dikelola oleh guru dalam kelasnya (Drabman, Spitalnik, O'Leary, 1973). Selain itu, Gottfredson (1990) mengembangkan salah satu teori yang dikenal dengan sebutan "Low self control Theory" yang menjelaskan bahwa perilaku criminal mampu dilihat melalui single-dimension yakni dengan *self-control* individu tersebut. Beberapa jurnal yang berkaitan menyatakan ketika keinginan berperilaku menyimpang maupun agresi, kontrol diri mampu membantu individu menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek aturan dan norma sosial yang berlaku (Denson, T., 2012).

Ketika seseorang memiliki Perkembangan *self Control* yang rendah pada masa awal pertumbuhannya, dapat mengakibatkan beberapa kecenderungan perilaku yang apatis dan perilaku yang cenderung suka mengambil resiko (Dislich, Zinkernagel, & Ortner, 2010). *Self control* atau pengendalian diri merupakan bentuk kondisi mental yang mempengaruhi pembentukan perilaku setiap individu (Gielbe.K,2011). Salah satu penelitian menunjukan bahwasannya individu yang memiliki self control yang baik dapat diprediksi menghindari penyalahgunaan zat atau obat dan penyimpangan perilaku seksual (Wills, Gibbons, Gerrard, Murray & Brody, 2003). *Self control* ini sangat penting pada diri setiap individu, dimana

individu yang memiliki tingkat *Self control* yang rendah pada masa kanak-kanaknya menunjukkan berbagai simtom fisik yang negatif pada masa dewasanya (Kokkonen, Pulkkinen, & Kinnunen 2001).

*Self control* atau kontrol diri merupakan bentuk kondisi mental yang mempengaruhi pembentukan perilaku lain. Terbentuknya perilaku yang baik, positif dan produktif, keharmonisan hubungan dengan orang lain juga dipengaruhi oleh kemampuan kontrol diri. Kebiasaan belajar yang benar, kedisiplinan, perilaku tertib di sekolah dan di masyarakat, perilaku seksual sehat, serta pembentukan kebiasaan hidup lain dipengaruhi oleh kemampuan pengendalian diri (*self control*).

Karakteristik orang yang mempunyai pengendalian diri yang baik adalah lebih aktif mencari informasi dan menggunakannya untuk mengendalikan lingkungan, lebih perspektif, mempunyai daya tahan yang lebih besar terhadap pengaruh orang lain, mampu menunda kepuasan, lebih ulet, bersifat mandiri, mampu mengatur dirinya sendiri dan tidak mudah emosional. Sedangkan orang yang mempunyai pengendalian diri rendah sifatnya pasif, menarik diri dari lingkungan, tingginya konformitas, tidak dapat mendisiplinkan dirinya sendiri, hidup semaunya, mudah kompulsi, emosional dan refleksi responnya relatif kasar (Calhoun dan Acocella, 2005).

Pada dasarnya dari berbagai teori perkembangan dapat disimpulkan bahwa masa anak adalah masa yang identik dengan bermain. Misbach (Haerani, 2013) mengemukakan bahwa permainan adalah situasi bermain yang terkait dengan beberapa aturan atau tujuan tertentu, yang menghasilkan kegiatan dalam bentuk tindakan bertujuan. Rogers's & Sawyer's (Iswinarti, 2010) mengemukakan bahwa hingga pada anak usia sekolah bermain bagi anak memiliki arti yang sangat penting. Salah satu bentuk permainan yang memiliki nilai-nilai moral dan sosial yang baik adalah permainan tradisional.

Sujarno, dkk (2013) juga mengungkapkan bahwa permainan tradisional mengandung nilai-nilai positif bagi pembentukan karakter anak, misalnya nilai sportivitas, kejujuran, keuletan, kesabaran, ketangkasan-keseimbangan-kegesitan (ketrampilan motorik), kreativitas dan mampu menjalin kerjasama dengan orang lain. Satu di antara permainan tradisional adalah *Engklek*. *Engklek* ini adalah permainan yang mengajarkan untuk berbagi kepada sesama teman, memupuk rasa sportifitas dalam kelompok dan mengajarkan pentingnya kerjasama hidup, memuat nilai simbolisasi kehidupan, anak akan berfikir kreatif terhadap hal-hal yang

ada disekelilingnya dan belajar untuk mentaati peraturan-peraturan yang ada dalam permainan *engklek*.

### **Tujuan**

Tujuan dari pemberian training self control merupakan suatu upaya untuk menangani perilaku mengganggu yang dilakukan oleh anak yang bertujuan untuk meningkatkan *self control* pada anak usia sekolah dasar agar mereka dapat mengendalikan dirinya, mampu menunda kepuasan, dan tidak mudah emosional. Selain itu, khususnya, permainan ini mampu mempengaruhi dalam mereduksi perilaku mengganggu pada anak pada rentangan usia 9 – 11 tahun yang masih menduduki bangku sekolah dasar.



## BAB II

### DISRUPTIVE BEHAVIOR, SELF CONTROL DAN PERMAINAN TRADISIONAL ENGLKEK

#### Penyebab DB

Beberapa penyebab disruptive behavior salah satunya dari faktor genetik. Merupakan salah satu predisposisi, yang dinyatakan bahwa anak laki-laki lebih disruptive dibandingkan anak perempuan. Pada hasil penelitian yang menyatakan bahwa perilaku mengganggu yang didapatkan pada 16% pada anak laki-laki dan 9% pada anak perempuan dibawah usia 18 tahun (Nour, 2010). Onset perkembangan tersebut dimulai pada usia 10-12 tahun pada anak laki-laki, dan 14 tahun keatas pada anak perempuan. Carr (2011), menyebutkan bahwa sepertiga sampai setengah anak-anak yang membutuhkan penanganan psikologis adalah anak yang memiliki perilaku agresif dan anti sosial. Hubungan antara faktor biologis dan perilaku mengganggu pada anak penting untuk dilirik dari tahun ketahun. Tingkat hormone kortisol merupakan hal yang krusial yang menjadi penanda biologis badi individu dnegan disruptive behavior disorders (DBD). Motamedi (2008), menyatakan bahwa kortisol saliva merupakan hormon steroid yang umumnya diproduksi oleh sel yang mempunyai pengaruh pada peningkatan perilaku mengganggu.

Penyebab selanjutnya pada perilaku mengggngu adalah terkait dengan faktor keluarga, yakni terkait pada disfungsi atau peran orang tua dalam pola asuh anak. Terdapat beberapa dampak atau efek bagi anak dalam bentuk atau gaya pengasuhan yang dihadirkan orang tua kepada anak. Anak yang sangat mudah untuk menilai dan mengamati perilaku yang diberikan oleh orang tuanya khususnya oleh sosok figure orang tua (Ayah/Ibu). Orang tua memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan tingkahlaku serta emosi anak, hal inii yang berkaitan pada cara pengasuhan yang diberikan oleh orang tua. Menurut McNeil dan Hembree-Kigin (2010) sebagian besar permasalahan tingkah laku tampak diperkuat oleh pola interaksi antar orang tua dan anak. Orang tua yang kurang memberikan kehangatan, kurang merespon kebutuhan anak serta menerapkan disiplin yang tegas dapat meningkatkan munculnya perilaku membangkang (*oppositional*) perilaku *disruptive*/ mengganggu pada anak. Hubungan interaksi orangtua-anak mampu memepengaruhi hubungan dan perilaku anak ketika dewasa. Hasil penelitian dari Nowak, Gaweda, Jelonek, & Kozik (2013) menyatakan bahwa anak dengan perilaku mengganggu merupakan sebuah dampak dari penurunan hubungan yang terjadi dalam suatu keluarga khususnya hubungan anatar orangtua dan anak,

adanya figure otoritas yang berdampak pada disfungsi sosial, pengelolaan emosional, kognitif, serta penolakan pada rasa takut dan perasaan tidak mampu. Dengan hal tersebut perubahan pada suasana lingkungan keluarga mampu untuk mengurangi perilaku mengganggu pada perkembangan anak.

Selain itu merupakan faktor lingkungan, dimana keadaan lingkungan di sekitar seseorang yang berkaitan pada status sosial ekonomi rendah atau kemiskinan, juga dapat menyebabkan perilaku mengganggu sehingga memunculkan permasalahan perilaku antisosial. Status sosial yang rendah yang terkombinasi pada stress yang kronik, orang tua tunggal, isolasi sosial, kurangnya stimulus dari lingkungan, serta keterbatasan pengetahuan yang mengakibatkan beberapa gejala psikis pada seorang individu, yang berpengaruh pada perlakuan orang tua yang kurang baik. Selain itu cenderung melihat role model yang cenderung menampilkan kekerasan, penyalahgunaan obat terlarang serta berseskolah dengan keadaan yang memprihatinkan. Marais & Meir (2010), perilaku mengganggu yang terjadi pada anak dapat disebabkan oleh lingkungan yang tidak amoral, anak dengan mudah menyaksikan serta mencontoh perilaku kekerasan dan perilaku mengganggu lainnya melalui media dan masyarakat sekitarnya.

### **Self control**

*Self control* atau pengendalian diri merupakan suatu kemampuan suatu individu untuk mengendalikan perilaku mereka untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan oleh individu tersebut (Mappiare, 2006). *Self control* ini sangat berpengaruh pada perjalanan hidup seseorang. *Self control* (pengendalian diri) merupakan proses fisik, psikologis, serta perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian yang mendukung untuk membantu pembentukan diri suatu individu (Chalhoun dan accochela, 1990). *Self control* atau pengendalian diri adalah sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dalam mengarahkan pada perilaku yang positif (Goldfried & Merbaum, 1976). *Self control* merupakan salah satu kepribadian yang berkembang dari masa kanak-kanak. Setiap individu memiliki kontrol diri yang berbeda – beda hal ini sangat dipengaruhi pada masa perkembangan awal seorang individu.

*Self-control* dapat pula diartikan sebagai suatu aktifitas yang dilakukan individu untuk mengendalikan tingkah laku mereka. Ghufroon (2011) menyatakan bahwa pengendalian diri sangat berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosinya serta dorongan-dorongan yang terdapat pada dirinya sendiri. Pengendalian diri juga dijabarkan sebagai

kemampuan seseorang dalam melakukan pertimbangan – pertimbangan lebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dengan mendisiplinkan kemauan atau dorongan yang diinginkan dalam diri suatu individu, serta menahan diri dengan sadar untuk mencapai hasil dan tujuan yang diinginkan oleh individu tersebut (Nur khasanah, 2009). Menurut Gieble K. (2011), dalam tulisannya menyatakan bahwa self control pada awal tahun usia diungkapkan pada kemampuan untuk mempercayai orang dewasa, dapat menginternalisasi aturan, dapat menunda kepuasan, dapat mengendalikan golongan marah, dapat menemukan cara untuk lebih sabar dalam menghadapi frustrasi, berempati dengan perasaan orang lain, suportif serta dapat menemukan cara untuk menghibur ketika sedih. Dalam hal ini self control identik dengan peraturan dalam diri, dapat meregulasi emosional, mempengaruhi regulasi, disiplin dalam diri, serta diharapkan untuk menunda dan menerima substitusi tanpa menjadi agresif, serta tidak terlalu terorganisir dengan frustrasi atau kesedihan (Gieble K. 2011).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan pengendalian diri atau *Self-control* adalah kemampuan suatu individu yang meliputi emosi, kognisi serta fisik untuk mengarahkan tingkah laku sebagai upaya preventif atau pencegahan pada suatu tindakan penundaan pemuasan kebutuhan, untuk suatu upaya pencapaian tujuan yang diharapkan oleh individu tersebut. Kemampuan berbagai individu dalam mengendalikan diri memiliki tiga tingkatan yang berbeda – beda. Individu yang sangat berlebihan dalam mengendalikan diri, mereka yang disebut *over control*. Sedangkan individu yang cenderung untuk bertindak tanpa berpikir matang (*under control*). Sementara individu yang memiliki pengendalian diri yang cukup baik, yakni adalah individu yang mampu mengendalikan dorongan atau keinginan yang mereka inginkan secara tepat (*appropriate control*). *Self control* tidak hanya dalam pengelolaan kondisi emosional saja, melainkan terdapat beberapa aspek yang mendukung proses terjadinya pengendalian diri diantaranya melibatkan unsur emosi, kognitif dan fisik. Terdapat lima aspek pengendalian diri Tangney, Baumeister, dan Boone A.L (2004), yakni :

6. *Self Discipline*, yaitu , kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal tersebut mengharuskan seorang individu untuk mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu yang memiliki self discipline mampu menahan diri dari hal hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.
7. *Deliberate/non impulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati – hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika



individu mengerjakan sesuatu, mereka cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong nonimpulsive mampu bersifat lebih tenang dalam menghadapi sebuah keputusan dan bertindak.

8. *Healty habits*, yaitu kemampuan seorang individu untuk mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu tersebut. seorang ya dengan healty habits akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya.
9. *Work ethnic*, yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri. Individu ini cenderung tidak tertarik dengan hal-hal diluar dari apa yang ia kerjakan pada saat itu meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Mereka akan lebih fokus dan memperhatikan penuh kepada pekerjaan yang mereka kerjakan saat itu.
10. *Reliability*, yakni penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan jangka panjang untuk pencapaian tertentu.

Penelitian lain yang menunjukan bahwa seorang anak yang memiliki self control yang baik dapat diindikasikan memiliki sifat, dapat menahan dirinya untuk memukul anak lain ketika ada konflik, dapat memperhatikan penjelasan dari guru dalam kelas, dan dapat menunggu gilirannya ketika bermain bersama teman sebayanya. Self control pada anak sekolah dapat memprediksi kesiapan, prestasi akademik, kompetensi sosial, serta perilaku yang sesuai (Turtollo A.R dkk, 2009).

### **Faktor yang mempengaruhi pengendalian diri (self-control)**

Dalam penelitiannya Nathan A.F dan Susan D.C. dalam tulisannya yang berjudul *The Development of Self- Control of Emotion: intrinsic and Extrinsic Influences*, menyatakan bahwa terdapat 2 faktor mempengaruhi pengendalian diri terdiri dari faktor internal (dari dalam diri individu tersebut) dan faktor eksternal (lingkungan individu yang berkaitan). 1) Faktor Internal meliputi pada perlakuan ketika bayi, proses kognisi yang diliputi oleh perhatian dan sifat pencegahan. 2) Faktor eksternal, lebih melibatkan lingkungan keluarga, saudara, dan hubungan dengan teman sebaya serta pengaruh dan hubungan budaya sekitarnya.

Dalam mengendalikan diri, individu sangat dipengaruhi oleh dua faktor tersebut(dalam diri sendiri serta lingkungan sekitar). Dalam diri yakni salah satunya adalah proses berfikir dimana seseorang atau suatu individu yang lebih memiliki kematangan kognisi atau mental yang lebih dewasa lebih memungkinkan untuk dapat mengontrol dirinya

dengan baik. Sedemikian juga lingkungan disekitar yang mendukung. Individu yang memiliki lingkungan yang baik sangat lebih memberikan peranan baik terhadap pengendalian diri yang dimiliki oleh individu tersebut.

### **Permainan tradisional engklek dan Self control**

Dalam permainan tradisional engklek, sudah dipaparkan secara detail beberapa manfaat dan aspek yang terdapat dalam permainan engklek ini. Mengacu pada kajian secara teoritis sebelumnya, dapat dilihat keterikatan antara kedua variabel penelitian. Self control menurut Chalhoun dan accochela (1990) adalah suatu kemampuan individu dalam bertindak laku dengan baik untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkannya. Individu dapat dikatakan mempunyai *self control* yang tinggi ketika ia dapat memenuhi ketiga aspek yang telah dituliskan sebelumnya yakni: *Behavior control*, *cognitive control* dan *desition control*. Sedaangkan permainan engklek dengan berlandaskan memiliki nilai-nilai terapeutik yang terkandung didalamnya yang berupa nilai kompetensi sosial, nilai problem solving, kesehatan mental (iswinarti,2007). Selain itu dalam nilai kopetensi sosial terdapat aspek problem solving dan pengendalian diri.

Pada permainan tradisional engklek memiliki beberapa aturan dan prosedur yang harus dilakukan serta ditaati oleh pemain yang bersifat konsisten. Aturan dalam permainan engklek yakni seperti melempar atau menggeser gacu, gacu tidak boleh mengenai garis atau keluar dari kotak, saat membawa gacuk dengan menggunakan salah satu punggung tangan, gacu tidak boleh jatuh, ketika melompat dengan membawa gacu, kaki tidak boleh mengenai garis. Prosedur dalam permainan engklek, ketika pelemparan gacu, pemain harus melempar dengan keadaan yang tegak, ketika menggeser maupun melompat salah satu kaki diangkat dan tidak boleh jatuh. Dengan adanya aturan dan prosedur permainan yang wajib diikuti oleh pemain yang mengharuskan anak untuk bisa mengontrol dirinya dengan mengikuti aturan serta prosedur permainan engklek ini, sehingga anak mampu untuk mengontrol diri untuk lebih tenang yang dapat meningkatkan *self control* dalam diri anak tersebut.

### **Permaian engklek dan Self Control**

<b>Aplikasi Permainan Engklek</b>	<b>Indikasi pengembangan self control</b>
▪ Seluruh prosedur dan peraturan permainan engklek.	Menumbuhkan sikap disiplin dalam diri subjek. ( <i>self-discipline</i> )
▪ Pemain harus menginjak omah miliknya ketika sudah mendapatkan omah dan	Menahan keinginan, dan menjaga diri untuk lebih tenang ketika melewati omah yang

pemain tidak boleh melakukan engkle pada omah(rumah) lawan.	dimiliki lawan. ( <i>deriberate non-impulsive</i> )
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pemain membiarkan omah miliknya di lewati musuh dengan garis tertentu.</li> </ul>	Subjek lebih dapat bersifat sportif untuk membiarkan lawan untuk melewati omah miliknya. ( <i>healty habits</i> )
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pemain akan berusaha/ berlomba mengumpulkan omah sebanyak-banyaknya.</li> </ul>	Subjek berlomba dengan lawanya, namun ada kalanya subjek harus berbagi dan lebih mengetahui kemampuan yang dimilikinya dimandingkan dengan lawan mainnya. ( <i>work ethic</i> )
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Proses refleksi diri (menilai diri,</li> </ul>	Mengharuskan subjek untuk mengambil nilai apa yang dapat diambil selama proses bermain. ( <i>Realibility</i> )
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pemain melakukan engkle yakni dengan menggunakan 1 kaki saja yaitu kaki kiri diangkat, kecuali pada kotak tertentu.</li> </ul>	Subjek harus bisa mengendalikan serta mencari strategi agar gaju yang dibawa tidak jatuh. ( <i>deriberate non-impulsive</i> )
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saat ontang-anting, saat beling ditaruh diatas pundak, dikepala, dan kaki beling tidak boleh jatuh.</li> </ul>	Selain itu pemain harus mengendalikan dirinya agar setiap lompatan tidak terkena garis pembatas.
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pemain melempar gaju (pecahan genting) tidak boleh terkena atau keluar dari garis yang telah dibuat sesuai dengan bentuknya.</li> </ul>	Subjek diharuskan untuk menahan diri, agar lemparan/ menyerok gacuk sesuai dengan yang diinginkan. ( <i>deriberate non-impulsive</i> )

### **BAB III**

## **PROSEDUR *SELF CONTROL* TRAINING DENGAN MEDIA TRADISIONAL ENKLEK**

### **Pendekatan**

Self control training ini diformulasikan dengan media bermain dengan pendekatan dengan metode BERLIAN (Bermain-Experiental-Learning-ANak) merupakan salah satu metode pembelajaran dengan media bermain serta mengikutsertakan prinsip experiental learning yang diterapkan pada anak. Dalam pelaksanaan proses training ini media permainan yang digunakan berupa permainan tradisional engklek. Permainan tradisional engklek merupakan permainan yang memiliki prosedur permainan mengangkat kaki dengan melewati beberapa kotak yang membentuk pola serta menggunakan gacu (pecahan genting atau batu) sebagai media permainannya (Iswinarti, 2010).

Mengacu pada teori experiental learning, diartikan sebagai belajar melalui pengalaman. Menurut Fiore, Metcalf, & McDaniel (2007) experiental learning merupakan suatu proses perolehan pengetahuan yang dikreasikan melalui transformasi pengalaman. Berdasarkan definisi tersebut maka diperlukan proses kognitif untuk mengantarkan proses belajar melalui alat stimulasi maupun training. Hal tersebut yang mengharuskan anak untuk belajar melalui pengalaman dan mentransfer apa yang didapat dalam permainan tersebut ke kehidupan sehari-hari.

### **Tujuan dan Sasaran**

Tujuan utama pada pelatihan ini adalah untuk meningkatkan self control pada anak sehingga mampu mengurangi perilaku mengganggu pada anak. Sementara sasaran dari pelatihan ini merupakan anak – anak yang masih duduk di bangku sekolah dasar yang memiliki perilaku yang mengganggu yang telah direkomendasikan oleh guru pada setiap sekolahnya.

### **Waktu dan Durasi**

Pelaksanaan pelatihan self control dilakukan selama 4 sesi. Masing-masing sesi pelatihan memiliki durasi waktu 45-60 menit tergantung pada kecepatan proses dalam setiap tahapan pelatihannya.

### **Trainer dan Partisipan**

Jumlah partisipan pada pelaksanaan pelatihan ini berjumlah 5 orang pada perwakilan setiap sekolah. Pada pelaksanaan training ini trainer yang diperkenankan melaksanakan pelatihan ini merupakan sarjana psikologi yang telah mendapatkan pelatihan dan juga psikolog. Partisipan pemilihan merupakan anak dengan perilaku mengganggu yang tinggi yang telah diobservasi oleh guru sekolah dengan menggunakan instrument behavioral ceklist.

### Persyaratan Terapis

Dapat dilaksanakan oleh Guru sekolah, tenaga pendidik, lulusan Sarjana Psikologi (S1) serta psikolog yang telah mengikuti training serta paham akan konsep permainan.

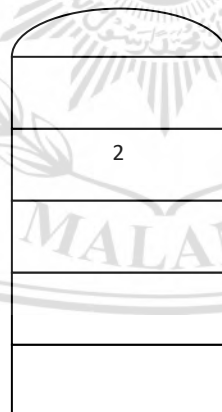
### Bahan dan Alat

- a. Bola
- b. Lahan bermain
- c. Gacuk
- d. Name tag peserta

#### A. Prosedur dan Aturan Permainan

##### a. Prosedur Permainan *engklek*

##### 1. *Engklek Pa'a*

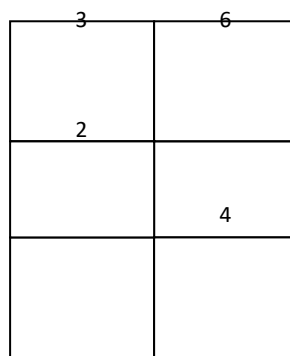


Cara permainan engklek bentuk pa'a ini adalah sebagai berikut:

- a. Permainan diawali dengan melompati kotak no 1 kemudian dilanjutkan pada kotak no 2 dengan cara mengangkat salah satu kaki (kanan atau kiri) setelah itu melompat ke kotak no 3 dan 4. Pada kotak no 5 pemain menginjak kotak tersebut dengan kedua kakinya yang disebut “brek”
- b. Kemudian pemain kembali kebawah dengan cara yang sama seperti yang diatas.

- c. Ketika sampai kotak no 2 pemain berhenti sebentar untuk mengambil beling dengan posisi kaki yang tetap.
- d. Setelah selesai mengambil beling tersebut pemain menginjak kotak no 1 sama caranya seperti tadi. Kemudian pemain keluar dari area permainan.
- e. Permainan dilanjutkan dengan melempar beling pada kotak no 2,3 dan ke 4 caranya sama seperti yang diatas.
- f. Ketika sampai kotak no 5 pemain harus menginjak beling tersebut sebelum mengambilnya.
- g. Setelah selesai mengambil beling pemain kembali kebawah dengan cara beling diatas di punggung tangan dan berjalan seperti wal tadi.
- h. Kemudian pemain menaruh beling dipundak, dan berjalan biasa pada setiap kotak tidak mengangkat satu kaki, jadi saat kaki kanan berada pada kotak no 1 maka kaki kiri berada pada kotak no 2 begitu seterusnya.pada saat kotak no 5 pemain tetap melakukan “brek”.
- i. Setelah berhasil dipundak beling ditaruh dikepala dengan cara seperti yang diatas.
- j. Setelah berhasil di kepala pemain menaruh beling dikaki sebelah kanan sambil diayun pelan-pelan. Dan tetap melakukan “brek” pada kotak no 5, lalu kembali kebawah dengan cara yang sama.
- k. Setelah itu pemain melakukan pa’a, yaitu berjalan pada desain permainan dengan wajah yang diangkat keatas dan berjalan biasanya dengan mengangkat satu kaki jadi saat kanan berada di kotak no 1, kaki kiri berada di kotak no 2 begitu seterusnya.
- l. Setelah berhasil pemain melakukan “uncal’ atau membuat rumah dengan cara berdiri di luar desain permainan dengan posisi membelakangi desain permainan tersebut dan beling ditaruh diatas tangan kanan dan di lempar kebelakang tempat jatuhnya beling tersebut merupakan rumah pemain jika jatuhnya tepat pada desain kotak atau tidak keluar garis.

## 2. Engklek Sorok



Cara permainan engklek bentuk sorok ini adalah sebagai berikut:

- Permainan dimulai dengan melemparkan gaju pada kotak paling bawah atau pada kotak no 1(pada gambar)
- Pemain mulai permainan dengan menginjakkan dengan mengangkat salah satu kakinya pada kotak 1 dan pemain langsung menyorok gaju diarahkan ke kotak no 2 (pada gambar)
- Ketika menyorok gaju, kaki tidak boleh melebihi batas garis kotak dan begitu pula dengan gaju tidak boleh keluar dari kotak.
- Sampai gaju pada kotak no 2 maka pemain menyorok lagi ke kotak 3 dengan posisi kaki yang diangkat salah satunya. Setelah itu dilanjutkan kotak 4, 5, 6 dan keluar kotak permainan.
- Setelah pemain keluar dari kotak 6 maka pemain mengambil gaju. Kemudian gaju dilemparkan keatas dan ditangkap dengan punggung tangan kemudian dibawa ke posisi tersebut melewati kotak no1, 2, 3 dengan mengangkat salah satu kaki saja. Lalu ketika menginjak kotak 4 maka kedua kaki langsung menginjak kotak 4 bersamaan dan gaju dilemparkan keatas dan tangkap dengan punggung tangan dan hal itu dilakukan sampai 3 kali.
- Setelah itu dilanjutkan lagi dengan kotak no 5 dengan mengangkat satu kaki saja dengan posisi tangan yang membawa gaju yang diletakkan di punggung tangan sampai keluar kotak 6 dan keluar dari kotak permainan.
- Setelah keluar dari kotak no 6 maka dengan posisi badan yang membelakangi kotak-kotak permainan pemain melempar gaju kebelakang.
- Jika gaju jatuh pada kotak manapun maka kotak tersebut menjadi miliknya melewatinya atau menginjaknya dan kotak tersebut diberi tanda.

- i. Permainan berlanjut sesuai dengan prosedur diatas, menang dan kalahnya ditentukan oleh banyaknya kotak yang dimiliki oleh pemain.

#### **b. Atura Permainan**

1. Kaki tidak boleh menyentuh atau keluar dari garis yang sudah ditentukan.
2. Pemain hanya boleh melompat dengan menggunakan 1 kaki saja yaitu kaki kiri diangkat, kecuali pada kotak tertentu.
3. Saat melempar gaju (pecahan gacuk) tidak boleh terkena atau keluar dari garis yang telah dibuat sesuai dengan bentuknya.
4. Pemain tidak boleh melakukan engkle ditempat yang terdapat “gacuk.
5. Pada saat membuat rumah gaju tidak boleh sampai keluar dari tempat dengking atau batasan – batasan garis yang sudah dibuat sesuai dengan jenis yang dibuat.
6. Pemain yang sudah mempunyai rumah, maka ketika bermain pemain harus menginjak omah miliknya.
7. Pemain tidak boleh melakukan engkle pada omah(rumah) lawan.
8. Saat ontang-anting, saat beling ditaruh diatas pundak, dikepala, dan kaki beling tidak boleh jatuh.

#### **B. Rincian Pola Kegiatan**

##### **1. Pembukaan**

Pada kegiatan pembukaan yang dilakukan adalah pengenalan antara peneliti dengan subjek penelitian, membangun *rapport* yang baik, menyepakati kontrak treatment,, menyampaikan tujuan dan manfaat dari treatment permainan engklek, mengeksplorasi harapan peneliti akan pelaksanaan treatment.

##### **2. Kegiatan Treatmen**

Pada kegiatan ini peneliti akan memberikan gambaran, atau simulasi tentang permainan engklek. Subjek penelitian akan di jelaskan tentang aturan-aturan permainan yang harus dipatuhi dan disepakati bersama oleh subjek dan bagaimana cara atau teknis melakukan permainan beberapa macam engklek. Waktu yang diberikan sekitar 15 untuk persiapan. Setelah peneliti mmberikan simulasi dan aturan permainan, subjek diberikan waktu bermain sekitar  $\pm$  20 menit. Diakhir kegiatan, peneliti memberikan *refleksi diri* dan ulasan-ulasan kepada subjek tentang hasil apa yang didapat setelah melakukan permainan tersebut. waktu yang



diberikan sekitar 20 menit. Selanjutnya dilanjutkan penutupan dengan memberikan konsumsi dan ucapan terimakasih sekitar 5 menit.

### 3. Feedback

Pada kegiatan *feedback*, peneliti akan memberikan *feedback*, ulasan-ulasan, atau umpan balik dari kegiatan yang sudah dilakukan. Peneliti akan memberikan kesempatan kepada subjek penelitian untuk memberikan pendapatnya tentang apa yang sudah di dapat setelah melakukan permainan *engklek*.

### 4. Penutup

Pada kegiatan ini peneliti akan memberikan kesimpulan pada setiap sesi pertemuan, memberikan penguatan (*reinforcement*) kepada para subjek serta merencanakan kegiatan sesi berikutnya.



## F. Rancangan / Langkah-langkah Kegiatan Kelompok

### HARI PERTAMA

Fase : **SESI 1** (Tahap orientasi serta pengenalan perlakuan)  
Waktu : 45 menit  
Media : Bola, Gambar Engklek Pa'a dan Permainan Engklek Pa'a  
Tujuan :

1. Perkenalan antara peneliti, observer, beserta anggota-anggota lain (subjek penelitian)
2. Membangun *rapport* antara peneliti, observer, dan subjek penelitian
3. Peneliti menyampaikan tujuan dan harapan terhadap kegiatan yang dilakukan
4. Memberikan penjelasan terkait gambaran seluruh kegiatan yang akan dilalui (meliputi: Agenda kegiatan, Tujuan kegiatan, tugas fasilitator, tugas peserta).
5. Peneliti memberikan contoh permainan atau melakukan simulasi permainan engklek
6. Melakukan Stimulasi Permainan Engklek
7. Melakukan evaluasi tentang permainan engklek yang telah dilakukan.

Langkah Kegiatan :

- a. Pembukaan (5 menit)
  1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih telah menyempatkan waktu untuk hadir
  2. Berdoa
  3. Perkenalan antara peneliti, observer, dan para subjek penelitian
  4. Ice breaking perkenalan dengan bola
- b. Kegiatan kelompok (30 menit)
  1. Menjelaskan pengertian tentang permainan tradisional engklek
  2. Menjelaskan tujuan dan manfaat bermain tradisional engklek
  3. Menjelaskan dan menyepakati kontrak dalam permainan
  4. Menjelaskan cara dan prosedur pelaksanaan permainan

5. Peneliti menyampaikan harapannya terhadap pelaksanaan treatment permainan engklek
  6. Memberikan contoh permainan engklek atau simulasi pada subjek.
- c. Refleksi Diri
1. Apa yang harus dilakukan ketika ada teman yang mengganggu?
  2. Bagaimana cara kamu untuk tidak oleng/ terjatuh pada saat mengangkat kaki atau menaruh gacuk di kaki atau tangan?
  3. Apa yang kita dapatkan pada proses bermain ini?
  4. Mampukah kita terapkan pada kehidupan keseharian kita?
  5. Sebutkan kesalahan apa saja yang tidak boleh kita lakukan pada saat permainan?
- d. Pemberian Feedback (15 menit)
1. Peneliti menjelaskan pengalaman apa yang didapatkan dalam permainan engklek.
  2. Bagaimana alur permainan engklek yang telah dilakukan.
  3. Siapa yang lebih banyak mendapatkan untung dari yang lainnya.
  4. Ketika ada yang telah mendapatkan sawah/omah maka peneliti akan memberikan reward.
- e. Istirahat
1. Peneliti membagikan minuman kepada subjek.
  2. Sambil istirahat peneliti bisa bercerita dengan subjek.
- f. Penutup
1. Menyampaikan ucapan terimakasih kepada para peserta
  2. Berdoa
  3. Memotivasi subjek persiapan diri untuk bertemu esok hari.

## HARI KEDUA

Fase : **SESI 2** (melanjutkan permainan engklek)

Waktu : 45 menit

Media : Permainan engklek

Tujuan :

- Menjelaskan kontrak atau peraturan dan menyepakati kontrak dalam permainan engklek yang akan dilakukan
- Mendorong partisipasi subjek untuk bermain permainan engklek.

Langkah Kegiatan :

**a. Pembukaan (5 menit)**

1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih telah menyempatkan waktu untuk hadir
2. Berdoa

**b. Kegiatan kelompok (25 menit)**

1. Membuka dengan ice breaking agar tetap semangat.
2. Menjelaskan tujuan dan manfaat bermain tradisional engklek
3. Menjelaskan dan menyepakati kontrak dalam permainan
4. Menjelaskan cara dan prosedur pelaksanaan permainan
5. Peneliti menyampaikan harapannya terhadap pelaksanaan treatment permainan engklek
6. Subjek diminta untuk melakukan permainan engklek sama dengan yang kemarin.

**c. Refleksi Diri**

1. Apa yang harus dilakukan ketika ada teman yang mengganggu?
2. Bagaimana cara kamu untuk tidak oleng/ terjatuh pada saat mengangkat kaki atau menaruh gacuk di kaki atau tangan?
3. Apa yang kita dapatkan pada proses bermain ini?
4. Mampukah kita terapkan pada kehidupan keseharian kita?
5. Sebutkan kesalahan apa saja yang tidak boleh kita lakukan pada saat permainan?

d. Pemberian Feedback (15 menit)

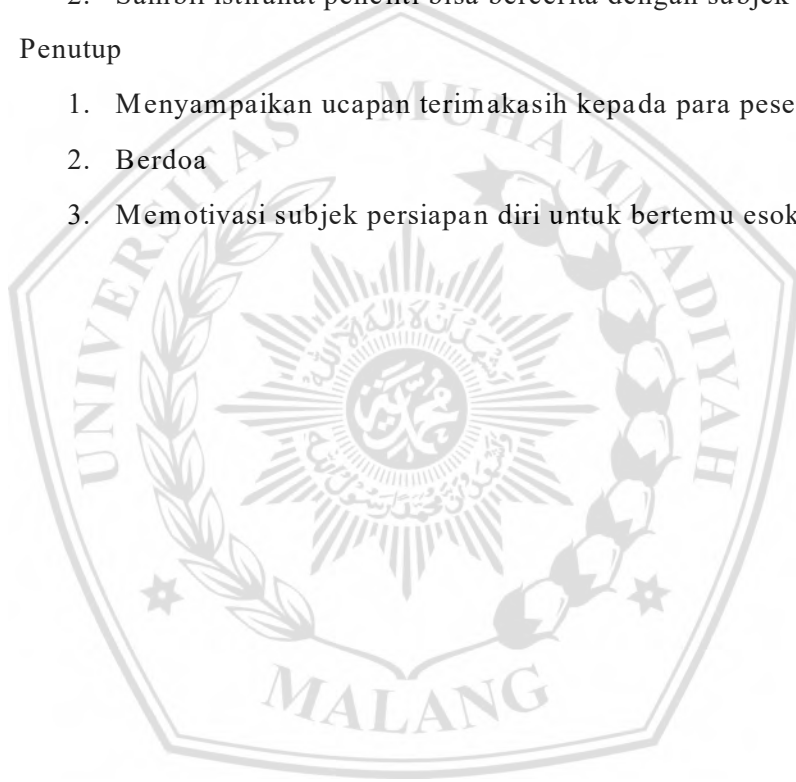
1. Peneliti menjelaskan pengalaman apa yang didapatkan dalam permainan engklek.
2. Bagaimana alur permainan engklek yang telah dilakukan.
3. Ketika ada yang telah mendapatkan sawah/omah maka peneliti akan memberikan reward.

e. Istirahat

1. Peneliti membagikan minuman kepada subjek.
2. Sambil istirahat peneliti bisa bercerita dengan subjek

f. Penutup

1. Menyampaikan ucapan terimakasih kepada para peserta
2. Berdoa
3. Memotivasi subjek persiapan diri untuk bertemu esok hari.



## HARI KETIGA

Fase : **SESI 3** (pengenalan perlakuan permainan engklek Sorok)

Waktu : 45 menit

Media : Gambar engklek Sorok, Permainan engklek sorok

Tujuan :

- Untuk memberikan perlakuan yang kedua kepada subjek kelompok eksperimen 1.
- Menjelaskan kontrak atau peraturan dan menyepakati kontrak dalam permainan engklek yang akan dilakukan
- Peneliti memberikan contoh permainan atau melakukan simulasi permainan engklek

Langkah Kegiatan :

a. Pembukaan (5 menit)

- Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih telah menyempatkan waktu untuk hadir
- Berdoa
- Perkenalan antara peneliti, observer, dan para subjek penelitian
- Memberikan pre-test

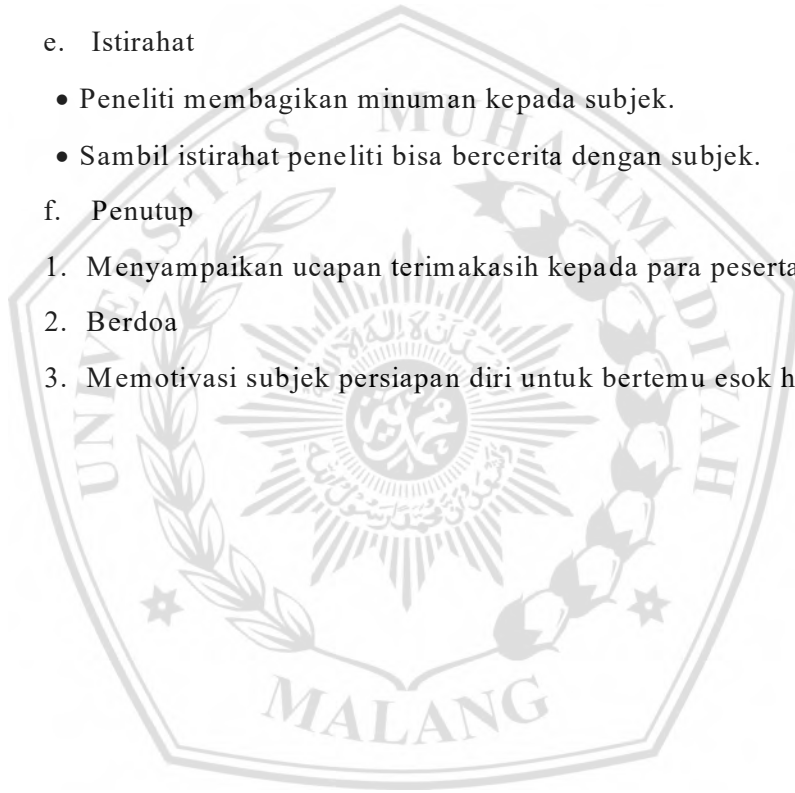
b. Kegiatan kelompok (30 menit)

- Menjelaskan cara dan prosedur pelaksanaan permainan
- Peneliti menyampaikan harapannya terhadap pelaksanaan treatment permainan engklek
- Memberikan contoh permainan engklek sorok atau simulasi pada subjek.

c. Refleksi Diri

- Apa yang harus dilakukan ketika ada teman yang mengganggu?
- Bagaimana cara kamu untuk tidak oleng/ terjatuh pada saat mengangkat kaki atau menaruh gacuk di kaki atau tangan?
- Apa yang kita dapatkan pada proses permainan ini?
- Mampukah kita terapkan pada kehidupan keseharian kita?

- Sebutkan kesalahan apa saja yang tidak boleh kita lakukan pada saat permainan?
- d. Pemberian Feedback (10 menit)
1. Peneliti menjelaskan pengalaman apa yang didapatkan dalam permainan engklek.
  2. Perasaan subjek permainan engklek saat ini dengan yang sebelumnya.
  3. Bagaimana alur permainan engklek yang telah dilakukan.
  4. Siapa yang lebih banyak mendapatkan untung dari yang lainnya.
  5. Ketika ada yang telah mendapatkan sawah/omah maka peneliti akan memberikan reward.
- e. Istirahat
- Peneliti membagikan minuman kepada subjek.
  - Sambil istirahat peneliti bisa bercerita dengan subjek.
- f. Penutup
1. Menyampaikan ucapan terimakasih kepada para peserta
  2. Berdoa
  3. Memotivasi subjek persiapan diri untuk bertemu esok hari.



## HARI KEEMPAT

Fase : **SESI 4** (melanjutkan permainan engklek)

Media : Permainan engklek

Waktu : 45 menit

Tujuan :

- Menjelaskan kontrak atau peraturan dan menyepakati kontrak dalam permainan engklek yang akan dilakukan
- Mendorong partisipasi subjek untuk bermain permainan engklek.

Langkah Kegiatan :

a. Pembukaan (5 menit)

- Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih telah menyempatkan waktu untuk hadir

• Berdoa

b. Kegiatan kelompok (25 menit)

- Membuka dengan ice breaking agar tetap semangat.
- Menjelaskan tujuan dan manfaat bermain tradisional engklek
- Menjelaskan dan menyepakati kontrak dalam permainan
- Menjelaskan cara dan prosedur pelaksanaan permainan
- Peneliti menyampaikan harapannya terhadap pelaksanaan treatment permainan engklek
- Subjek diminta untuk melakukan permainan engklek sama dengan yang kemarin.

c. Refleksi Diri

- Apa yang harus dilakukan ketika ada teman yang mengganggu?
- Bagaimana cara kamu untuk tidak oleng/ terjatuh pada saat mengangkat kaki atau menaruh gacuk di kaki atau tangan?
- Apa yang kita dapatkan pada proses bermain ini?
- Mampukah kita terapkan pada kehidupan keseharian kita?
- Sebutkan kesalahan apa saja yang tidak boleh kita lakukan pada saat permainan?



d. Pemberian Feedback (15 menit)

- Peneliti menjelaskan pengalaman apa yang didapatkan dalam permainan engklek.
- Bagaimana alur permainan engklek yang telah dilakukan.
- Ketika ada yang telah mendapatkan sawah/omah maka peneliti akan memberikan reward.

e. Penutupan

- Peneliti mengakhiri proses terapi dan memotivasi subjek agar belajar dengan giat serta mampu mengambil pelajaran dari apa yang telah dilakukan pada proses terapi.



## Daftar Rujukan:

- Dislich, F. X. R., Zinkernagel, A., Ortner, T.M., Schmitt, M., 2010. *Convergence of direct, and objective risk-taking measure in gambling: The moderating role of impulsiveness and self-control.*
- Fox, N.A & Calkins, S. D., 2003 *The development of self- control of emotion: intrinsic and Extrinsic Influences.*
- Gliebe. K, 2011. The deployment of self-control in young children, Lutheran educational journal.
- Goldstein. J, 2012. Play in children's development, health and well-being Brussels : Toy industries
- Iswinarti, Fasichah, S. S., & Sulismadi. (2007). Permainan anak tradisional sebagai model peningkatan kompetensi sosial anak usia sekolah. *Laporan Penelitian Hibah Bersaing Tahun I.* Malang: Lembaga Penelitian UMM.
- Iswinarti, Fasichah, S. S., & Sulismadi. (2008). Permainan anak tradisional sebagai model peningkatan kompetensi sosial anak usia sekolah. *Laporan Penelitian Hibah Bersaing Tahun II.* Malang: Lembaga Penelitian UMM.
- Iswinarti, 2010. *Nilai – nilai Terapiutik permainan tradisional engklek pada anak usia sekolah dasar.* Naskah Publikasi : [www.gogle.com](http://www.gogle.com) diakses tanggal 20 September 2015
- Kokkonen, M., Pulkkinen, L., & Kinnunen, T. 2001. *Low Self-Control of emotions as an antecedent of self-reported psysical symptom: A longitudinal perspective.* European Psychologist.
- Kolb, A.Y & David, K, 2008. Experimental learning theory: dynamic, holistic approach to management learning, education, and development, case western reserve university
- Purwaningsih, E. 2006, *Permainan tradisional anak.* Yogyakarta : universitas negri yogyakarta.
- Sutton - Shimth B., 1999, *Children Forklore: A source Book.* Logan, Utah: Utah University Press.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A.L., (2004). *High self-control predicts good adjusment, less pathology, better grades, and internasional success* Journal of personality 271-324. The University of Chicago.
- Piquero A.R, Wesley G.J., & David P.F, 2010. *Self Control Interventions for children under age 10 for improving self-control and delinquency and problem behaviors,* Campbell Systematic Review
- Will, T. A., Gibbons, F. X., Gerrald, M., Murry, V. M., & Brody, G. H. 2003. *Family comunication and religiosity related to substance use and sexual behavior in early adolescence: A test for pathways through self-control and perception.*

**G. Hasil Uji Homogenitas Variabel X (self control)**  
**H. (Data Pretest kelompok kontrol dan Eksperimen)**

**Test of Homogeneity of Variances**

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.754	1	32	.107

I. Data dikatakan homogen apabila  $> 0.05$ , dengan kata lain kelompok eksperimen dan kontrol mempunyai varian yang sama dengan nilai Sig. 0.107 ( $> 0.05$ ). dengan kata lain data yang dipakai homogen atau sama.

J.

**K. Hasil SPSS Wilcoxon dan Paired sample t-test Var X (Self control)**

L. (kel. Eksperimen )

M.

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	17	23.94	2.135	21	27
Posttest	17	33.76	3.113	28	39

N.

O.

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	23.94	17	2.135	.518
Posttest	33.76	17	3.113	.755

P.

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	17	.045	.864

Q.

R.

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference			
				Lower Upper			

Pair 1	Pretest - Posttest	-9.824	3.695	.896	-11.723	-7.924	10.96 1	16	.000
--------	-----------------------	--------	-------	------	---------	--------	------------	----	------

S.

T. (KEL. KONTROL)

U.

#### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	17	22.82	2.604	18	27
Posttest	17	22.88	2.118	19	26

#### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	22.82	17	2.604	.631
Posttest	22.88	17	2.118	.514

V.

#### Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	17	.098	.708

W.

X.

#### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pretest - Posttest	-.059	3.191	.774	-1.700	1.582	-.076	16	.940

Y.

Z. Uji Menn whitney variabel X (self control)

AA.

#### Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil Self Control	Eksperimen	17	25.18	428.00
	kontrol	17	9.82	167.00
	Total	34		

BB.

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Hasil Self Control
Mann-Whitney U	14.000
Wilcoxon W	167.000
Z	-4.524
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

**CC.** Berdasarkan uji statistic menggunakan mann-whitney diketahui nilai ASymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari < nilai probabilitas 0,05. Oleh karna itu, sebagaimana dasar pengambilan keputusan maka disimpulkan 'Ha diterima'. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan diantara 2 kelompok.

Ranks				
	Intervensi	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil Posttest DB	Eksperimen	17	25.41	432.00
	Kontrol	17	9.59	163.00
	Total	34		

**DD.**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Hasil Posttest DB
Mann-Whitney U	10.000
Wilcoxon W	163.000
Z	-4.659
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Intervensi

b. Not corrected for ties.

**EE.** Berdasarkan uji statistic menggunakan mann-whitney diketahui nilai ASymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari < nilai probabilitas 0,05. Oleh karna itu, sebagaimana dasar pengambilan keputusan maka disimpulkan 'Ha diterima'. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan diantara 2 kelompok.

## FF. Hasil Uji Homogenitas Variabel Y

### GG. (Perilaku Mengganggu)

#### HH. (Data Pretest kelompok kontrol dan Eksperimen)

##### Test of Homogeneity of Variances

Hasil

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.812	1	32	.374

## II.

**JJ.** Data dikatakan homogen apabila  $> 0.05$ , dengan kata lain kelompok eksperimen dan kontrol mempunyai varian yang sama dengan nilai Sig. 0.374 ( $> 0.05$ ). dengan kata lain data yang dipakai homogen atau sama.

## KK.

### LL. Hasil SPSS Wilcoxon dan Paired sample t-test Variabel Y (P. Mengganggu)

#### MM. (Kel. Eksperimen)

##### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	17	35.59	2.526	31	39
Posttest	17	25.06	3.307	20	34

## NN.

##### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	35.59	17	2.526	.613
Posttest	25.06	17	3.307	.802

## OO.

##### Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	17	.579	.015

## PP.

##### Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			

Pair 1	Pretest - Posttest	- 13.176	6.617	1.605	-16.578	-9.775	-8.211	16	.000
--------	-----------------------	-------------	-------	-------	---------	--------	--------	----	------

QQ.

RR. (Kel. Kontrol)

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	17	35.76	2.359	30	42
Posttest	17	35.65	1.412	32	38

SS.

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	35.76	17	2.359	.572
Posttest	35.65	17	1.412	.342

TT.

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	17	.743	.001

UU.

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference			
				Lower Upper			
Pair 1 Pretest - Posttest	.118	1.616	.392	-.713 .948	.300	16	.768

VV.

WW. Hasil SPSS Mann Whitney Variabel Y (P. Mengganggu)

XX.

**Ranks**

	Intervensi	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil Posttest DB	Eksperimen	17	9.09	154.50
	Kontrol	17	25.91	440.50
	Total	34		

YY.

ZZ.

**Test Statistics<sup>a</sup>**

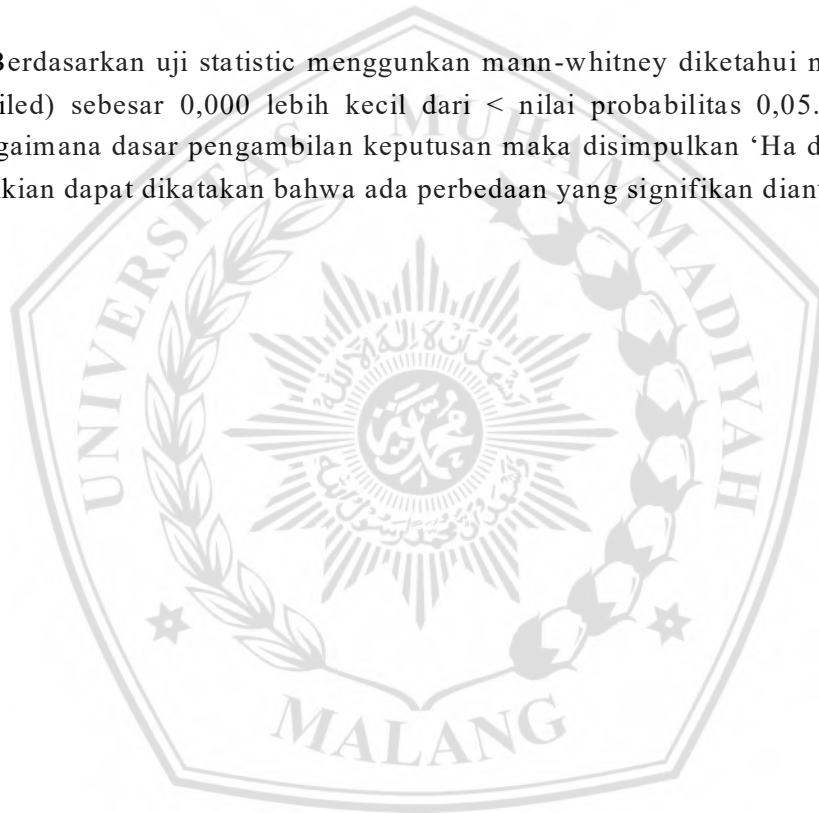
	Hasil Posttest DB
Mann-Whitney U	1.500
Wilcoxon W	154.500
Z	-4.953
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Intervensi

b. Not corrected for ties.

**AAA.**

**BBB.** Berdasarkan uji statistic menggunakan mann-whitney diketahui nilai ASymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari < nilai probabilitas 0,05. Oleh karna itu, sebagaimana dasar pengambilan keputusan maka disimpulkan 'Ha diterima'. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan diantara 2 kelompok.





### Lembar Observasi Guru Perilaku Destruktive

IDENTITAS GURU	IDENTITAS ANAK
Nama :	Nama :
Umur :	Tempat/tgl lahir :
Guru Mata pelajaran :	Umur _____ Tahun Jenis kelamin : P / L
Jenis Kelmain : P / L	Kelas / Sekolah :

**Kriteria :** 1 = Tidak Pernah 2 = Kadang – kadang 3 = Sering dilakukan

No	Aspek	Skor			Perilaku yang nampak
A.	<i>Distaction-Transgression (DT)</i>	1	2	3	
	1. Anak tidak memperhatikan pelajaran di kelas				
	2. Anak melewatkan sesi pelajaran				
	3. Anak lupa membawa bahan pelajaran				
	4. Anak sering terlambat masuk sekolah				
	5. Anak sering berbicara tanpa ijin, dan bergaduh didalam kelas.				
	6. Anak sering meninggalkan tempat, berteriak dan mengganggu sesisi kelas				
B.	<i>Schoolmates Aggression (SA)</i>				
	1. Menyerang teman sekolah secara fisik				
	2. Beradu argument dengan teman sekelas				
	3. Mengancam teman atau orang lain di Sekolah				
	4. Merusak fasilitas sekolah				
	5. Tidak mentaati perkataan guru				
C.	<i>Aggresion to School Authorities (AA)</i>				
	1. Pergi ke sekolah dengan pengaruh obat/alkohol				
	2. Mencuri dalam lingkungan sekolah				
	3. Menyerang guru secara fisik (Memukul guru)				
	4. Beradu argument dengan guru				
	5. Berkata kasar di dakam kelas				
Keterangan :					

### LAPORAN HASIL TRY OUT

#### Modul Permainan Tradisional Engklek

## Subjek I

### 1. Biodata

Nama : RN  
Usia : 9 tahun  
jenis Kelamin : Laki – Laki  
Domisili : Malang  
Hasil Pretest : Skala self control 12 (Rendah)

### 2. Permasalahan

Subjek dikeluhkan mengganggu pada saat proses belajar mengajar dalam kelas. Subjek kerap menjahili temannya, sehingga mengganggu proses belajar mengajar. Subjek kerap kali ngambek dan cari perhatian kepada guru. Setiap jam istirahat sekolah, subjek cenderung bermain dan tidak mau mengalah dengan temannya. Kerap kali subjek bergelut dan berkelahin dengan teman sepermainannya. Meski demikian subjek masih menurut jika ditegur dengan ibu guru. Namun perilakunya tersebut sering diulang kembali ketika guru lalai dan kembali menjahili temannya. Dari pernyataan guru perilaku yang ditampilkan oleh subjek berulang setiap harinya lebih dari 3 kali dalam sehari.

### 3. Pelaksanaan terapi

*Self control training* yang berlangsung selama 5 kali pertemuan. Subjek sangat kooperatif karena merasa bahwa proses ini merupakan sebuah permainan dan dia di khususkan untuk tidak mengikuti kegiatan sekolah yang pada saat itu lagi ada *classmeeting*. selama proses permainan subjek tidak merasa kesulitan dalam memahami permainan. subjek mengauai bahwa dirinya sudah pernah melakukan permainan yang serupa namun berbeda bentuk dan ataurannya. pada proses terapi ini subjek dilibatkan pada 2 macam bentuk permainan engklek. subjek mengakui bahwa lebih menyukai permainan *engklek Pa'a* dari pada *engklek Sorok*, dikarnakan permianan engklek sorok yang cukup sulit menyorok dan membuat dirinya kurang mampu untuk menyeimbangkan dirinya.

Hasil Proses terapi setiap pertemuan

Pertemuan	Kegiatan	Hasil
-----------	----------	-------

1 (120 Menit)	Perkenalan dan kontrak terapi (Anamnesa)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek bercerita terkait perilaku yang dilakukannya dalam kelas</li> <li>- Subjek mampu menjawab pertanyaan yang ditanyakan oleh peneliti.</li> <li>- Subjek berjanji untuk mengikuti dan mentaati semua aturan serta arahan selama proses bermain.</li> <li>- Subjek menjawab lembar pretes dengan cermat dan menanyakan ketika ada yang dibingungkan.</li> </ul>
	<b>Ice Breaking</b> (marina menari dan lempar bola) Pemahaman prosedur dan aturan bermain	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada proses ice breaking subjek sangat kooperatif dan semangat mengikuti perlakuan.</li> <li>- Subjek memberitahu Namanya dan rumahnya serta umurnya saat ini.</li> <li>- Subjek aktif dan bertanya ketika ia kurang memahami instruksi yang telah diberikan.</li> </ul>
	Pelaksanaan Permainan engklek (Pa'a)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mampu melewati segala rintangan dari kotak 1 sampai 5.</li> <li>- Subjek cepat paham dalam memahami aturan dan proses permainan engklek.</li> <li>- Pada proses permainan ketika gacuk diletakan di kepala, pundak serta kaki klien cukup kesulitan. Klien mengakui bahwa hal ini merupakan pengalaman pertama yang baru diketahuinya dalam proses permainan engklek.</li> <li>- Namun demikian klien mampu melewatinya walau sampai mengulang 2 sampai 3 kali setiap model permainannya.</li> <li>- Sesekali subjek menjahili temannya yang bermain.</li> </ul>
	Evaluasi dan proses pemahaman yang baru subjek peroleh dari perlakuan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selama proses evaluasi subjek banyak mengutarakan pendapatnya.</li> <li>- Subjek mengakui bahwa dirinya kesulitan selama proses gacuk diletakan di kepala, pundak dan kaki.</li> <li>- Namun dirinya mengakui mencoba dan mencari cara agar dirinya mampu melewati proses tersebut.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek menyatakan bahwa dirinya mengulang dan mencari cara agar ia mampu melewati permainan.</li> </ul>
	Pelaksanaan permainan Engklek Pa'a	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pada proses permainan engklek yang kedua klien mampu mencari strategi untuk perlakuan yang dirangnya sulit untuk dilakukan.</li> <li>- klien sudah belajar dari permainan sebelumnya. hal ini mampu menjadikan klien lebih tenang dan menyelesaikan permainan sebelum waktu yang telah ditetapkan.</li> </ul>
	Feedback dari hasil permainan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dari hasil proses pembelajaran permainan engklek yang telah dilakukan. klien mengakui mendapatkan kemudahan dari sebelumnya.</li> <li>- Klien mengakui bahwa dirinya mampu menyelesaikan proses karna ada pembelajaran dari proses sebelumnya.</li> <li>- Dalam permainan engklek ini subjek mengakui bahwa menahan dirinya untuk menyeimbangkan badan dan kaki merupakan suatu hal yang sulit.</li> <li>- Selain itu mentaati peraturan dan kejujuran dalam bermain.</li> <li>- Menahan diri untuk tidak mencurangi teman selama proses bermain merupakan suatu kewajiban yang harus dilakukan dalam permainan.</li> <li>- Selain itu, melatih kesabaran subjek dalam menunggu giliran.</li> </ul>
3 (65 menit)	<b>Ice Breaking</b> (Zig,Zag,Zonk)  - Brainstorming - Pemahaman serta Prosedur permainan (engklek Sorok)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada proses ice breaking subjek sangat kooperatif dan semangat mengikuti perlakuan.</li> <li>- subjek memahami dengan cepat pada proses pemahaman engklek sebelumnya</li> <li>- Brain storming pada prosedur engklek yang dipahami oleh subjek.</li> <li>- Subjek aktif dan bertanya ketika ia kurang memahami intruksi yang telah diberikan.</li> </ul>

	<p>Pelaksanaan Permainan Engklek Sorok</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek merasa kesulitan pada proses permainan engklek sorok dikarenakan subjek merasa bahwa engklek yang model yang berbeda ini cukup sulit untuk dilalui.</li> <li>- Tidak sedikit subjek mengeluhkan kekesalannya dikarenakan dirinya kurang mampu untuk melewati proses permainan.</li> <li>- Subjek selalu melewati garis dan menyorok berlebihan sehingga melewati kotak yang telah ditentukan.</li> <li>- Subjek belum sempat menyelesaikan keseluruhan adegan permainan engklek sorok dan waktu habis.</li> <li>- Subjek meminta tambahan waktu agar ia mampu menyelesaikan, namun kesepakatan yang telah dibuat membuat subjek mematuhi aturan yang telah disepakati sebelumnya.</li> </ul>
	<p>Evaluasi dan proses pemahaman yang baru subjek peroleh dari perlakuan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek merasa kesulitan untuk menyelesaikan permainan.</li> <li>- Subjek mengatakan bahwa permainan engklek sebelumnya lebih mudah untuk dilewati.</li> <li>- Subjek merasa harus mampu melewati proses permainan engklek tersebut.</li> </ul>
	<p>Pelaksanaan permainan Engklek Sorok</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mulai bermain dan mulai belajar untuk mengontrol sorokan yang dilakukannya.</li> <li>- Subjek mampu melewati kotak smapi kotak nomer 6 dan mampu melanjutkan ke permainan selanjutnya.</li> <li>- subjek mampu melewati dan mendapatkan 2 kotak ketika melempar kebelakang.</li> </ul>
	<p>Feedback dari Hasil Permaianan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- klien menyatakan bahwa ia harus lebih berhati-hati dalam menyorok gacuk yang telah diberikan.</li> <li>- klien menyadari bahwa dirinya harus sabar dan lebih hati-hati untuk menyorok.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- subjek berpendapat bahwa selama ini subjek susah untuk bersabar.</li> <li>- subjek berjanji untuk melatih kesabarannya dalam segala hal disekolah maupun dirumah.</li> </ul>
--	--	---

#### 4. Hasil Terapi

Hasil *training self control* menggunakan media permainan engklek, yang dilakukan pada subjek HN yang cukup signifikan, dari hasil skor pretes 12 (Rendah) mendapatkan peningkatan skor menjadi 20 (Rendah). Selain itu untuk hasil observasi awal yang mendapatkan nilai skor tinggi 36 (Tinggi), Namun karna keterbatasan waktu, setelah dilakukannya perlakuan observasi tidak mampu untuk di lakukan kembali. Kesimpulan dari hasil Tryout untuk modul permainan berjalan dengan lancar dan dibuktikan mampu untuk meningkatkan *self control*.



## Subjek II

### 1. Biodata

Nama : MR  
Usia : 9 tahun  
jenis Kelamin : Laki - Laki  
Domisili : Malang  
Hasil Pretest : skala self control 18 (Rendah)

### 2. Permasalahan Subjek

Sama dengan halnya dari subjek sebelumnya, subjek dikeluhkan oleh guru bahwa dirinya sering mengganggu temannya. Selain menggagu, subjek kerap kali ngambek dan mencari perhatian kepada orang lain khususnya pada gurunya. Perilaku tersebut sudah sering diulang. Setiap hari perilaku tersebut muncul. Kerap kali dirinya tidak memperhatikan guru dalam kelas dan lebih memilih untuk menjahili temannya. dari hasil observasi yang dilakukan oleh 2 guru yang berbeda menyatakan bahwa dirinya sering terlambat masuk sekolah, kurang disiplin dan sering cari perhatian.

### 3. Pelaksanaan Terapi

*Self control training* yang berlangsung selama 5 kali pertemuan. Subjek sangat kooperatif karena merasa bahwa proses ini merupakan sebuah permainan dan dia di khususkan untuk tidak mengikuti kegiatan sekolah yang pada saat itu lagi ada *classmeeting*. Selama proses permainan subjek tidak merasa kesulitan dalam memahami permainan. Subjek mengakui bahwa dirinya sudah pernah melakukan permainan yang serupa namun berbeda bentuk dan ataurannya. Pada proses terapi ini subjek dilibatkan pada 2 macam bentuk permainan engklek. Subjek mengakui bahwa lebih menyukai permainan *Engklek Sorok* dikarenakan engklek tersebut baru dan ia harus belajar dan penasaran bagaimana cara mainnya.

Hasil Proses terapi setiap pertemuan

Pertemuan	Kegiatan	Hasil
1 (120 Menit)	Perkenalan dan kontrak terapi (Anamnesa)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Subjek bercerita terkait perilaku yang dilakukannya dalam kelas</li><li>- Subjek mampu menjawab pertanyaan yang ditanyakan oleh peneliti.</li><li>- Subjek berjanji untuk mengikuti dan mentaati semua</li></ul>

		<p>aturan serta arahan selama proses bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek menjawab lembar pretes dengan cermat dan menanyakan ketika ada yang dibingungkan.</li> </ul>
	<p><b><i>Ice Breaking</i></b> (marina menari dan lempar bola) Pemahaman prosedur dan aturan bermain</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada proses ice breaking subjek sangat kooperatif dan semangat mengikuti perlakuan.</li> <li>- Subjek memberitahu Namanya dan rumahnya serta umurnya saat ini.</li> <li>- Subjek aktif dan bertanya ketika ia kurang memahami instruksi yang telah diberikan.</li> </ul>
	<p>Pelaksanaan Permainan engklek (Pa'a)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mampu melewati segala rintangan dari kotak 1 sampai 5.</li> <li>- Subjek cepat paham dalam memahami aturan dan proses permainan engklek.</li> <li>- Pada proses permainan ketika gacuk diletakan di kepala, pundak serta kaki klien cukup kesulitan. Klien mengakui bahwa hal ini merupakan pengalaman pertama yang baru diketahuinya dalam proses permainan engklek.</li> <li>- Namun demikian klien mampu melewatinya walau sampai mengulang 2 sampai 3 kali setiap model permainananya.</li> <li>- Sesekali subjek menjahili temannya yang bermain.</li> </ul>
	<p>Evaluasi dan proses pemahaman yang baru subjek peroleh dari perlakuan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selama proses evaluasi subjek banyak mengutarakan pendapatnya.</li> <li>- Subjek mengakui bahwa dirinya kesulitan selama proses gacuk diletakan di kepala, pundak dan kaki.</li> <li>- Namun dirinya mengakui mencoba dan mencari cara agar dirinya mampu melewati proses tersebut.</li> <li>- Subjek menyatakan bahwa dirinya mengulang dan mencari cara agar ia mampu melewati permainan.</li> </ul>
	<p>Pelaksanaan permainan Engklek Pa'a</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pada proses permainan engklek yang kedua klien mampu mencari strategi untuk perlakuan yang diranyanya sulit untuk dilakukan.</li> </ul>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- klien sudah belajar dari permainan sebelumnya. hal ini mampu menjadikan klien lebih tenang dan menyelesaikan permainan sebelum waktu yang telah ditetapkan.</li> </ul>
	Feedback dari hasil permainan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dari hasil proses pembelajaran permainan engklek yang telah dilakukan. klien mengakui menndapatkan kemudahan dari sebelumnya.</li> <li>- Klien mengakui bahwa dirinya mampu menyelesaikan proses karna ada pembelajaran dai proses sebelumnya.</li> <li>- Dalam permainan engklek ini subjek mengakui bahwa menahan dirinya untuk menyeimbangkan badan dan kaki merupakan suatu hal yang sulit.</li> <li>- Selain itu mentaati peraturan dan kejujuran dalam bermain.</li> <li>- Menahan diri untuk tidak mencurangi teman selama proses bermain merupakan suatu kewajiban yang harus dilakukan dalam permainan.</li> <li>- Selian itu, melatih kesabaran subjek dalam menunggu giliran.</li> </ul>
3 (65 menit)	<b>Ice Breaking</b> (Zig,Zag,Zonk) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Brainstorming</li> <li>- Pemahaman serta Prosedur permainan (engklek Sorok)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada proses ice breaking subjek sangat kooperatif dan semangat mengikuti perlakuan.</li> <li>- subjek memahami dengan cepat pada proses pemahaman engklek sebelumnya</li> <li>- Brain storming pada prosedur engklek yang dipahami oleh subjek.</li> <li>- Subjek aktif dan bertanya ketika ia kurang memahami intruksi yang telah diberikan.</li> </ul>
	Pelaksanaan Permainan Engklek Sorok	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek merasa kesulitan pada proses permainan engklek sorok dikarnakan subjek merasa baihwa engklek yang model yang berbeda ini cukup sulit untuk dilalui.</li> <li>- Tidak sedikit subjek mengeluhkan kekesalannya</li> </ul>

		<p>dikarnakan dirinya kurang mampu untuk melewati proses permainan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek selalu melewati garis dan menyorok berlebihan sehingga melewati kotak yang telah ditentukan.</li> <li>- Subjek belum sempat menyelesaikan keseluruhan adegan permainan engklek sorok dan waktu habis.</li> <li>- Subjek meminta tambahan waktu agar ia mampu menyelesaikan, namun kesepakatan yang telah dibuat membuat subjek mematuhi aturan yang telah disepakati sebelumnya.</li> </ul>
	Evaluasi dan proses pemahaman yang baru subjek peroleh dari perlakuan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek merasa kesulitan untuk menyelesaikan permainan.</li> <li>- Subjek mengatakan bahwa permainan engklek sebelumnya lebih mudah untuk dilewati.</li> <li>- Subjek merasa harus mampu melewati proses permainan engklek tersebut.</li> </ul>
	Pelaksanaan permainan Engklek Sorok	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mulai bermain dan mulai belajar untuk mengontrol sorokan yang dilakukannya.</li> <li>- Subjek mampu melewati kotak smapi kotak nomer 6 dan mampu melanjutkan ke permainan selanjutnya.</li> <li>- subjek mampu melewati dan mendapatkan 2 kotak ketika melempar kebelakang.</li> </ul>
	Feedback dari Hasil Permaianan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- klien menyatakan bahwa ia harus lebih berhati-hati dalam menyorok gacuk yang telah diberikan.</li> <li>- klien menyadari bahwa dirinya harus sabar dan lebih hati-hati untuk menyorok.</li> <li>- subjek berpendapat bahwa selama ini subjek susah untuk bersabar.</li> <li>- subjek berjanji untuk melatih kesabarannya dalam segala hal disekolah maupun dirumah.</li> </ul>

#### 4. Hasil Terapi

Dari hasil perlakuan yang telah diberikan, selama 5 kali pertemuan, subjek mengalami peningkatan self control yang dari skor awal 18 (rendah) menjadi 25 (sedang), selain itu pada proses feedback subjek mengakui bahwa perilaku yang tidak sabar dan selalu terburu-buru merupakan bentuk perilaku yang kurang baik. hal tersebut akan berdampak pada kesehariannya, contohnya pada permainan ini, subjek merasa harus sangat hati – hati dalam mengatur startegi dan mengambil keputusan yang tepat.

